

Valmis ateria kotiovelle

Ruoanvalmistustyön ulkoistaminen kotitalouksissa

Helsingin yliopisto
Kasvatustieteiden maisteriohjelma
Kotitalousopettajan opintosuunta
Pro gradu -tutkielma 30op
Kotitaloustiede
Huhtikuu 2021
Tuuli Kanerva

Ohjaaja: Hille Janhonen-Abruquah &
Taru Lindblom



Tiedekunta - Fakultet - Faculty Kasvatustieteellinen tiedekunta, Kasvatustieteiden maisteriohjelma		
Tekijä - Författare - Author Tuuli Kanerva		
Työn nimi - Arbetets titel Valmis ateria kotiovelle – ruoanvalmistustyön ulkoistaminen kotitalouksissa		
Title Ready-to-eat meal to your door – outsourcing foodwork in households		
Oppiaine - Läroämne - Subject Kotitaloustiede		
Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor Pro gradu -tutkielma / Hille Janhonen- Abruquah & Taru Lindblom	Aika - Datum - Month and year Huhtikuu 2021	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 67 s + 11 liites.
<p>Tiivistelmä - Referat - Abstract</p> <p>Ruoanvalmistustyö kotitalouksissa on muuttanut muotoaan ja ruoanvalmistustyön vastuun ja kautuminen miehen ja naisen muodostamissa kotitalouksissa on murroksessa. Ruoanvalmistustyöhön suhtaudutaan eri tavoin riippuen muun muassa ajankohdasta ja siitä, kenelle ruokaa valmistetaan. Ruoanvalmistustyötä kotitalouksissa pyritään helpottamaan puolivalmis- teilla ja valmisruoilla, mutta myös ruoanvalmistustyön ulkoistaminen kokonaan toiselle taholle on lisääntynyt. Tämä näkyy ravintolaruokailun ja noutoruokakulttuurin lisääntymisenä. Uusi teknologia mahdollistaa lisäksi valmiiden aterioiden tilaamisen kotiin kuljetettuna. Tutkielman tavoitteena oli kuvata aterioiden kotiinkuljetuspalveluita käyttöä sekä selittää palveluiden käyttöön johtavia syitä. Aihetta lähestyttiin kotitalouden ja kotityön tutkimuksen sekä ravintolaruokailun ja ruokailuympäristön tutkimuksen avulla.</p> <p>Tutkielmassa käytettiin kvantitatiivisia menetelmiä. Tutkielman aineisto kerättiin kyselylomakkeen avulla helmikuussa 2021. Kyselylomake laadittiin tutkielman teoreettisen viitekehyksen pohjalta. Verkkokyselyyn tulleista 148 vastauksesta tutkimuksen kriteerit täyttävän aineiston muodostivat 145 vastausta. Aineistoa analysoitiin IBM SPSS 26-ohjelmalla käyttäen Kruskal-Wallis testia, ristiintaulukointia, pääkomponenttianalyysiä sekä yksisuuntaista varianssianalyysiä.</p> <p>Keskeisimmiksi aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käytön syiksi nousivat ajan säästö, työ- määrän vähentäminen sekä halu herkutella. Kotiinkuljetuspalveluita käyttävien joukosta löydettiin kolme eri tavalla palveluiden käyttöön ja ruoanvalmistukseen suhtautuvaa ryhmää. Ryhmät nimettiin 1. ruoanvalmistuksesta nauttiviksi, 2. kotona viihtyviksi ja 3. vaivattomuuden arvostajiksi. Ruoanvalmistuksesta nauttivien ryhmää selitti merkittävästi ikä (28–34-vuotiaat), naissukupuoli ja korkea koulutus. Kotona viihtyvien ryhmää selitti merkittävästi kotitalouden koko (2 hlö tai enemmän), lapset kotitaloudessa sekä korkea koulutus. Vaivattomuuden arvostajat -ryhmää selitti puolestaan vähiten pelkän peruskoulun käyminen, 20 000–39 999 euron vuositulot ja kotitalouden koko (3 hlö tai enemmän). Koko aineistosta kotiinkuljetuspalveluita käyttivät eniten miehet sekä 28–34-vuotiaat. Tutkielman tuloksia ei voida yleistää koskemaan koko väestöä, ja jatkossa olisi tärkeää selvittää ruoanvalmistustyön ulkoistamisen ja kotiinkuljetuspalveluiden käytön syitä laajemmin, sillä niiden rooli ihmisten arjessa on pysyvä.</p>		
Avainsanat - Nyckelord ruoanvalmistustyö, ulkoistaminen, kotiinkuljetuspalvelu, kotitaloustiede		
Keywords foodwork, outsourcing, meals, home delivery service, home economics		
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited Helsingin yliopiston kirjasto – Helda / E-thesis (opinnäytteet)		
Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information		



Tiedekunta - Fakultet - Faculty Educational Sciences		
Tekijä - Författare - Author Tuuli Kanerva		
Työn nimi - Arbetets titel Valmis ateria kotiovelle – ruoanvalmistustyön ulkoistaminen kotitalouksissa		
Title Ready-to-eat meal to your door – outsourcing foodwork in households		
Oppiaine - Läroämne - Subject Home Economics		
Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor Master's Thesis / Hille Janhonen-Abreuquah & Taru Lindblom	Aika - Datum - Month and year April 2021	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 67 pp. + 11 appendices
Tiivistelmä - Referat - Abstract <p>Foodwork has changed and responsibility of foodwork is starting to be more equally shared in households. Attitude towards foodwork depends, among other things, on situation and to whom one is cooking for. Convenience foods are used to simplify foodwork in households. Outsourcing foodwork to restaurants is also more and more common and take-away meals have become very popular. Technology and application innovations enable ready meals to be delivered to our doorstep. The aim of this study is to explain the use of and reasons to use home delivery services. Theoretical background of the study is based on the research of home economics and domestic work. Research of eating out and eating environments is also used in the study.</p> <p>This study was conducted as a quantitative study. The data was collected with survey questionnaire that was compiled based on theoretical literature. The survey was distributed via Internet in February 2021. Of 148 received responses 145 were accepted for the analysis. Analysis was conducted with IMB SPSS 26. Crosstabulation, Kruskal-Wallis, PCA and one-way-ANOVA were used as methods of analysis.</p> <p>Time saving, minimizing the amount of work and indulgence were the main reasons to use home delivery services for ready meals. Three groups that had different attitudes towards foodwork and home delivery services were found from the data. The groups were named 1. enjoying foodwork, 2. staying home and 3. valuation of ease. Female gender, high education and age (28–34 years) defined the first group. Size of household (at least two members), children and high education defined group two. Low education, 20 000–39 999 annual income and size of household (three or more members) defined group three the least. Among all respondents, home delivery services were used most by men and age group 28–34. The results of the study cannot be generalized to population and it would be important to study these themes further and in larger context since home delivery services are permanent part of the contemporary life.</p>		
Avainsanat - Nyckelord ruoanvalmistustyö, ulkoistaminen, kotiinkuljetuspalvelu, kotitaloustiede		
Keywords foodwork, outsourcing, home delivery service, home economics		
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited Helsinki University Library – Helda / E-thesis (theses)		
Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information		

Sisällys

1	JOHDANTO.....	1
2	RUOANVALMISTUSTYÖ KOTITALOUKSISSA	3
	2.1 Ruoanvalmistus kotitaloustyönä.....	3
	2.2 Vastuun jakautuminen kotitalouksien ruoanvalmistustyössä	6
	2.3 Ruoanvalmistustyöhön suhtautuminen	10
3	RUOANVALMISTUSTYÖN ULKOISTAMINEN.....	13
	3.1 Kotitöiden ulkoistaminen	13
	3.2 Ravintolassa ruokailu.....	14
	3.3 Valmiiden aterioiden kotiinkuljetus	16
4	RUOKAILUTILANTEESSA VAIKUTTAVAT TEKIJÄT	20
	4.1 Ruokaympäristö ja ruokailuympäristö	20
	4.2 Ruokailun sosiaalinen ulottuvuus.....	22
5	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET.....	25
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	26
	6.1 Tutkimusmenetelmä.....	26
	6.2 Aineistonkeruu	27
	6.3 Aineiston kuvaus ja muuttujat	29
	6.4 Aineiston analyysi	33
7	TUTKIMUSTULOKSET JA NIIDEN TULKINTAA	36
	7.1 Perustelut kotiinkuljetuspalveluiden käytölle	36
	7.2 Kotiinkuljetuspalveluita käyttävät ryhmät.....	38
	7.2.1 Ruoanvalmistuksesta nauttivat	42
	7.2.2 Kotona viihtyvät	43
	7.2.3 Vaivattomuuden arvostajat	44
	7.3 Kotiinkuljetuspalveluiden käytön useus.....	46
	7.4 Tulosten yhteenveto	50
	7.4.1 Syyt tilata valmiita aterioita kotiin kuljetettuna.....	50
	7.4.2 Kotiinkuljetuspalveluiden käytön erot.....	52
8	LUOTETTAVUUS.....	54
9	POHDINTAA	57
	LÄHTEET	62
	LIITTEET.....	1

TAULUKOT

Taulukko 1. Selittävien taustamuuttujien kuvailevat tunnusluvut, keskiarvo (k.a) ja keskihajonta (s), N=145.....	31
Taulukko 2. Selitettävät muuttujat, 5-portainen Likertin asteikko (1=Täysin eri mieltä, 5=Täysin samaa mieltä), (N=145).....	32
Taulukko 3. Pääkomponenttianalyysin tulokset rotaation jälkeen.	41
Taulukko 4. Yksisuuntainen varianssianalyysi taustamuuttujille ja summamuuttujalle ruoanvalmistuksesta nauttivat. Taulukossa raportoitu luokan keskiarvo, F-arvo ja Eta ²	43
Taulukko 5. Yksisuuntainen varianssianalyysi taustamuuttujille ja summamuuttujalle kotona viihtyvät. Taulukossa raportoitu luokan keskiarvo, F-arvo ja Eta ²	44
Taulukko 6. Yksisuuntainen varianssianalyysi taustamuuttujille ja summamuuttujalle vaivattomuuden arvostajat. Taulukossa raportoitu luokan keskiarvo, F-arvo ja Eta ²	45
Taulukko 7. Kotiinkuljetuspalveluiden ja ruoanvalmistusvastuun muuttujat, N=145	47
Taulukko 8. Merkitsevyystarkastelu taustamuuttujittain, Khiin neliö χ^2 (suluissa luokkien määrä), kotiinkuljetuspalveluiden käytön useus.	48
Taulukko 9. Merkitsevyystarkastelu kotiinkuljetuspalveluiden käytölle, Khiin neliö χ^2 (suluissa luokkien määrä), kotiinkuljetuspalveluiden käytön useus.	48
Taulukko 10. Yksisuuntainen varianssianalyysi kotiinkuljetuspalveluiden käytön useus ja summamuuttujat ruoanvalmistuksesta nauttivat, kotona viihtyvät ja vaivattomuuden arvostajat. Raportoituna ryhmän keskiarvo, F-arvo ja Eta ²	49
Taulukko 11. Kyselylomakkeen muotoilussa käytettyjen muuttujien yhteys tutkimuskirjallisuuteen.....	2
Taulukko 12. Merkitsevyystarkastelu taustamuuttujittain, Khiin neliö χ^2 (sukupuoli) ja Kruskal-Wallis, väittämät 7-15.....	12
Taulukko 13. Merkitsevyystarkastelu taustamuuttujittain, Khiin neliö χ^2 (sukupuoli) ja Kruskal-Wallis, väittämät 16-26.....	13
Taulukko 14. Merkitsevyystarkastelu taustamuuttujittain, Khiin neliö χ^2 (sukupuoli) ja Kruskal-Wallis, väittämät 27-36.....	14

KUVIOT

Kuvio 1. Kartiomalli ruoanvalmistustoiminnasta tilanteen ja ympäristön ehdoin (Torkkeli, 2009, s. 139)	5
Kuvio 2. Cattel Scree -testi	39

1 Johdanto

Ruoanvalmistus ja ruokailu ovat ihmiselle välttämättömiä tehtäviä ja osa jokapäiväistä kotitalouden toimintaa. Kiireinen työelämä aiheuttaa omat haasteensa kotitaloustöiden tekemiselle, ja niiden ulkoistamiseen on monia eri palveluja. Kehittynyt teknologia mahdollistaa kotitalouksille yhä monipuolisempia tapoja helpottaa arkea ja säästää aikaa. Ruoanvalmistustyötä helpottavat puolivalmisteet ja valmisruoat, mutta yhä yleisempää on silloin tällöin ulkoistaa ruoanvalmistustyö ja tilata valmis ruoka-annos kotiovelle kuljetettuna.

Aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttö on kasvanut Suomessa nopeasti 2010-luvun loppupuolella. Oman lisänsä näiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttöön toi vuonna 2020 maailmanlaajuisesti levinnyt Covid-19 -pandemia. Pandemia aiheutti Suomessa laajoja rajoituksia ravintolatoiminnalle, mikä lisäsi kotiinkuljetuspalveluita tarjoavien yritysten suosiota. Kuluttajat eivät kuitenkaan koe, että Covid-19 -pandemian aikana lisääntynyt aterioiden kotiin tilaaminen jäisi tavaksi, vaan uskovat käytön palaavan samalle tasolle kuin ennen pandemiaa (Taloustutkimus, 2020). Suomessa toimii muutama ravintola-annosten kotiinkuljetuspalveluihin erikoistunut yritys. Maailmalla tällaisia monen ravintolan ruokalahettipalveluita on kymmeniä (Roh & Park, 2019, s. 263). Näiden lisäksi ravintolat kuljettavat aterioitaan itse. Keskitettyjen kotiinkuljetuspalveluiden etuna perinteiseen pizzataksiin verrattuna voidaan pitää valikoiman laajuutta ja mahdollisuutta tilata ruoka-annoksia eri ravintoloista.

Lähtökohtanani tässä tutkielmassa on kotitalouksien ruoanvalmistustyön ulkoistaminen. Ruoanvalmistustyön ulkoistamisella tarkoitan työn kokonaisvaltaista ulkoistamista kotitalouden ulkopuolelle. Keskityn tutkielmassani vain valmiiden aterioiden kotiinkuljetukseen, enkä ota huomioon noutoruokaa. En sisällytä tutkielmaani myöskään kaupasta saatavia valmisruokia, sillä niiden saamiseksi kuluttajan tulisi käydä ruokaostoksilla ja usein vielä lämmittää ostettu ruoka. Rajaukseni perustuu ruoanvalmistustyön käsitteeseen ja ruoanvalmistustyön kokonaisvaltaiseen ulkoistamiseen. Rajaukseni mukaisesti kuluttajan ei tarvitse tehdä ateriansa eteen mitään muuta kuin päättää, mitä haluaa syödä, maksaa ateriasa ja lopuksi huolehtia syntyneestä jätteestä.

Ruoanvalmistustyön ulkoistamista sivutaan aiemmassa tutkimuksessa muun muassa teollisuuden tuottamien valmisruokien näkökulmasta (Kupiainen & Järvinen, 2009) sekä elintarviketeollisuuden teettämissä selvityksissä ravintolaruokailun näkökulmasta (Kespro, 2019). Aterioiden kotiinkuljetuksesta ei löydy kotimaista tutkimusta juuri lainkaan. Hyödynnän tutkielmassani tästä syystä ravintolaruokailuun liittyvää tutkimusta, sillä myös siinä ruoanvalmistustyö on ulkoistettu ja erona kotiinkuljetukseen on lähinnä vain ruokailuympäristö. Ruoanvalmistustyön ulkoistamista ja aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttöä on tärkeää tutkia, jotta voidaan paremmin ymmärtää kotitalouksien arjen rakentumista ja kotitöihin suhtautumisen merkitystä sekä niissä tapahtuvia meneillään olevia muutoksia.

Tässä tutkielmassa tavoitteeni on kuvata valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttöä ja löytää perusteluja ruoanvalmistustyön ulkoistamiselle. Olen kiinnostunut myös kodin valikoitumisesta ruokailuympäristöksi. Näiden teemojen ympärille rakentunut teoreettinen viitekehys on ohjannut tutkimuskysymysten muodostumista. Tutkimusotteeni on kvantitatiivinen. Aineistonkeruu toteutettiin kyselylomakkeella, ja tuloksia analysoitiin määrällisillä menetelmillä. Tutkielmani teoreettinen viitekehys etenee ruoanvalmistustyön määrittelyn kautta sen vastuun jakautumiseen kotitalouksissa ja sille annettuihin merkityksiin. Tämän jälkeen esittelen ruoanvalmistustyön ulkoistamista ravintolaruokailun ja aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden näkökulmasta. Lopuksi kuvaan ruokailutilanteeseen vaikuttavia fyysisiä ja sosiaalisia tekijöitä. Tutkielmaani ohjailee hermeneuttinen lähestymistapa, jossa kotitalouden toiminnalle pyritään löytämään merkityksiä, jotka ohjaavat kotitalouksien arjen ongelmanratkaisua. Tutkielmani lopussa pohdin tuloksia peilaten niitä teoreettiseen viitekehykseen, sekä esittelen jatkotutkimusaiheita.

2 Ruoanvalmistustyö kotitalouksissa

Kotitaloustyö on käsitteenä määritelty kotitaloustieteen alalla eri tavoin. Se voidaan ajatella mekaanisena työnä tai siihen voidaan yhdistää myös henkinen työ ja ihmissuhteiden hoitaminen (Haverinen, 1996, s. 7–8). Käsittelen tässä luvussa ruoanvalmistusta kotitaloustyönä. Teen katsauksen ruoanvalmistustyön vastuun jakautumiseen kotitalouksissa ja avaan ruoanvalmistustyölle annettavia merkityksiä.

2.1 Ruoanvalmistus kotitaloustyönä

Turkin (2015, s. 153, 159) mukaan kotitaloustiede on kokonaisvaltainen ja yhteiskuntaan syvälle juurtunut tieteenala, joka voidaan jakaa neljään eri käytännön kenttään, joita ovat kotitaloustieteen akateeminen kenttä, kotitaloustiede opettavana aineena, kotitalouksien ja perheiden arki sekä kotitalouspolittikka ja yhteiskunnallinen asema. Tämä tutkielma sijoittuu kahden jälkimmäisen kentän välille. Kotitaloustieteeseen ja kotitalouksien toimintaan liittyy vahvasti elinikäinen oppiminen, jonka tavoitteena on kotitalouksien ja perheiden kestävä hyvinvointi (Turkki, 2015, s. 169–170, 173). Kotitaloustyö voidaan ajatella teknisen toiminnan ja inhimillistä vuorovaikutusta korostavan toiminnan kokonaisuutena. Esimerkiksi ruoanvalmistus on teknistä toimintaa, jolla on päämäärä ja lopputulos; valmis ruoka-annos. Inhimillistä vuorovaikutusta korostavalle toiminnalle ei voida asettaa yhtä tiettyä päämäärää tai lopputulosta; tästä esimerkkinä yhdessäolo tai lasten kasvatus. Kotitalouksien arkipäiväisessä elämässä nämä toiminnot kietoutuvat yhteen ja ovat olemassa lomittain. (Haverinen & Saarilehto, 2009, s. 70.)

Kotitaloustyön osa-alueet liittyvät vahvasti toisiinsa. Kotitaloustyö on yhä enenevissä määrin eri työtehtävien organisointia, verrattuna aikaisempaan raskaaseen ja konkreettiseen työntekoon, johon nykyään on teknologisia apuvälineitä. (Aulanko, 2009, s. 91, 95.) Tässä tutkimuksessa tarkastelu on kohdennettu vain ruoanvalmistustyöhön ja sen eri osa-alueiden organisointiin. Vielä viime vuosikymmenelläkin päävastuu kotitaloustöistä on ollut naisilla, joiden kohdalla etenkin siivous ja ruoanvalmistus korostuvat. Työnjako voi kuitenkin kokonaisuudessaan olla tasainen, vaikka jokin osa-alue olisikin täysin toisen osapuolen vastuulla. (Närvi & Salmi, 2019, s. 106.) Osapuolten työssäkäynti vaikuttaa kotitaloustöiden

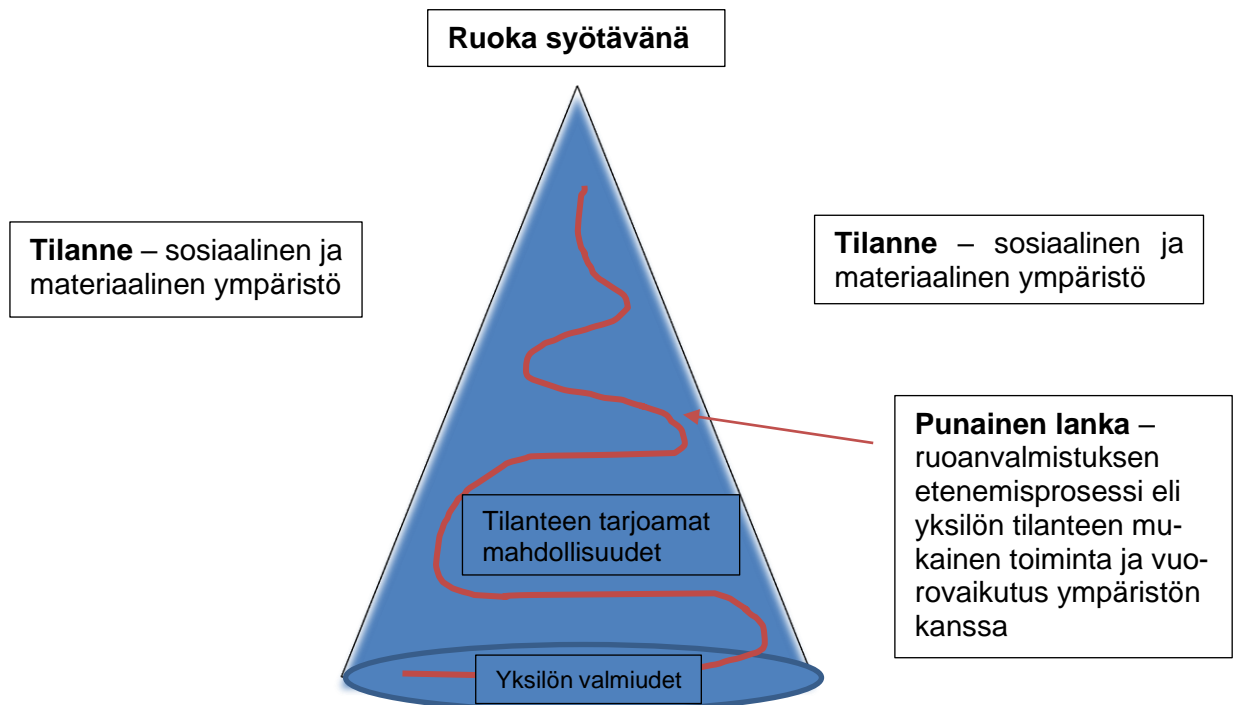
jakautumiseen parisuhteessa, mutta on sukupuolittunutta heteropariskunnilla. Useimmiten päävastuu kotitaloustöistä on naisella, myös vaikka nainen olisi kotitalouden ainoa ansiotyössä käyvä henkilö. (Närvi & Salmi, 2019, s. 109.)

Ruokailu on välttämätön osa jokapäiväistä toimintaamme. Usein siihen liittyy valmistelevaa tai jälkeinpäin tapahtuvaa toimintaa ja prosesseja. Näistä voidaan käyttää monenlaisia termejä kuten ruoanvalmistus, ruoanvalmistustyö, ruoanlaitto sekä englannin kielessä *meal* tai *food preparation*, *foodwork*, *food management* ja *food provision*. Käsitteitä on paljon ja niiden määrittely tutkimusten yhteydessä on usein vajavaista sekä päällekkäistä. Käsitys siitä, mikä on ruoanvalmistusta, vaihtelee puolivalmisteiden yhdistämisestä ja salaatin tekemisestä siihen, että kaikkien aineiden tulee olla tuoreita ja käsittelemättömiä ja että ruoanvalmistuksen tuloksena on oltava lämmin ateria (Short, 2006, s. 30). Avaan seuraavaksi eri käsitteiden määrittelyä aikaisemmassa tutkimuksessa.

Ruoanvalmistustyö (Aulanko, Kiikka, Malin & Soljanto, 2012, s. 107) ja englanninkielinen termi *foodwork* (Bove & Sobal, 2015, s. 70) voidaan ymmärtää prosessimaisena toimintana. Ruoanvalmistustyöhön kuuluu suunnittelusta ja raaka-aineiden hankinnasta lähtien kaikki mekaaninen työ, mitä raaka-aineille tehdään sekä lisäksi ruoan esillepano ja tarjoilu sekä jälkien siistiminen ruokailun jälkeen. *Foodwork*-käsitettä käytetään paljon englanninkielisessä tutkimuksessa, ja sillä on hieman toisistaan poikkeavia määrittelyjä. *Foodwork* eli ruokatyö on määritelty Iso-Britanniassa tehdyssä tutkimuksessa myös hieman suppeammin kuin edellä esitettiin. Astbury, Foley, Penney ja Adams (2020, s. 3) sisällyttävät siihen ruokien hankkimisen, valmistamisen sekä tiskien hoitaminen, mutta eivät huomioi ympäristön rajaamia resursseja. Möser ja Leonhäuser (2019, s. 36) käyttävät termiä *food preparation* samassa merkityksessä kuin Aulanko ym. (2012) ruoanvalmistustyötä ja Bove ja Sobal (2015) termiä *foodwork*. Termiin *food provision* Möser ja Leonhäuser (2019, s. 36) yhdistävät edellä mainitun lisäksi ruokailun vaatimat ympäristö-, aika-, sosiaaliset- sekä henkilökohtaiset resurssit.

Torkkelin (2009, s. 138–139) kehittämä ruoanvalmistuksen toimintaa kuvaava kartio (Kuvio 1) yhdistää nämä kaksi edellä mainittua englanninkielistä määritel-

mää (*food preparation* ja *food provision*). Hän kuvaa ruoanvalmistusta tilanteen mukaisena toimintana, johon ympäristön tekijät vaikuttavat eri voimakkuudella prosessin eri vaiheissa.



Kuvio 1. Kartiomalli ruoanvalmistustoiminnasta tilanteen ja ympäristön ehdoon (Torkkeli, 2009, s. 139)

Kartion pohjalla olevat yksilön valmiudet kuvaavat yksilön henkisiä ja fyysisiä taitoja ja tietoja. Tilanteeseen vaikuttavaan fyysiseen ja sosiaaliseen ympäristöön luetaan konkreettiset asiat, kuten perheenjäsenet sekä ruoanvalmistusvälineet ja raaka-aineet, mutta myös ruokakulttuuri, vuodenajat sekä yhteiskunnallinen keskustelu. Yksilö toimii vuorovaikutuksessa tämän ympäristön kanssa. Ympäristö vaikuttaa kuviossa näkyvään, punaisena lankana kuvattuun, ruoanvalmistuksen prosessiin. Ruoanvalmistusprosessin edetessä ympäristön vaikutusmahdollisuudet vähenevät (ruokalaji alkaa muodostua). Prosessin alussa yksilö siis valitsee omien tietojen ja taitojensa mukaisesti useista eri vaihtoehdoista sopivimman tavoitteen, jota lähtee toteuttamaan. Prosessin edetessä ympäristössä havaitut tekijät voivat kuitenkin aiheuttaa tilanteita, joihin yksilö pyrkii reagoimaan omien tietojen ja taitojensa mukaisesti. Alkuperäinen tavoite muuttuu näin ollen yksilön ja ympäristön vuorovaikutuksessa. (Torkkeli, 2009, s. 138–139.) Myös Giard (1990,

s. 239) pohtii ympäristön ja muuttuvien tilanteiden vaikutuksia ruoanvalmistuksen prosessiin ja osoittaa ne hyvin kuvaavasti.

Torkkelin kehittämä malli kuvaa hyvin sitä, miten tavoitteet ovat liitoksissa tilanteisiin. Prosessin eri vaiheissa ilmenevät tilanteet voivat muuttaa tavoitetta. Tavoitteen ollessa hallitseva osa prosessia, ruoanvalmistus saattaa jäädä kesken tai kokonaan aloittamatta, jos tavoitetta ei voitaisi jonkin ympäristön tekijän takia saavuttaa. (Torkkeli, 2009, s. 142.) Torkkeli, Janhonen ja Mäkelä (2020) ovat artikkelissaan syventäneet arjen ruoanvalmistuksen tilannesidonnaisuutta. Ruoanvalmistustyö sisältää sitoutumisen eri osa-alueita, joita ovat tuttuus (*familiarity*), suunnitelmallisuus (*planning*) sekä perusteltavuus (*justification*). Tuttuuden osa-alue käsittää rutiininomaisia ja henkilökohtaisia toimintoja, jotka kuitenkin ulkopuoliselle voivat näyttäytyä hämmentävinä. Suunnitelmallisuus käsittää ruoanvalmistuksen toimintojen ennakointia sekä arviointia kesken toiminnan. Perusteltavuus sisältää sanallista neuvottelua ja kompromisseja ruoanvalmistuksesta. (Torkkeli ym., 2020, s. 8). Tutkielmassa jatkossa käyttämäni termi ruoanvalmistustyö noudattaa Torkkelin (2009) määrittelyä ruoanvalmistustoiminnasta.

2.2 Vastuun jakautuminen kotitalouksien ruoanvalmistustyössä

Ruoanvalmistustyöstä joudutaan käymään neuvotteluja kotitalouksissa, joihin kuuluu useampi henkilö. Täytyy päättää mitä syödään, milloin syödään, missä syödään, kuka hoitaa kaupassa käynnin ja kuka ruoanvalmistuksen. (Bove & Sobal, 2015, s. 71.) Ruoanvalmistustyöhön käytetään kotitaloustöistä eniten aikaa ja keskimäärin siihen kuluu hieman yli tunti päivässä (Astbury ym., 2020, s. 6; Möser & Leonhäuser, 2019, s. 40; Suomen virallinen tilasto, 2011). Iso-Britanniassa tehdyn tutkimuksen mukaan ajankäytön rajallisuus aiheuttaa suurimmat haasteet ruoanvalmistustyölle, eikä ruoanvalmistukseen ehditä käyttää niin paljon aikaa kuin haluttaisiin. Ruoanvalmistukseen käytettävä aika Iso-Britannian kotitalouksissa on vähentynyt noin 15 minuutilla vuosien 1975 ja 2000 välillä (Astbury ym., 2020, s. 1–2). Jonkinlaista nousua 2000-luvun alusta on kuitenkin havaittavissa, sillä amerikkalaisessa tutkimuksessa ruoanvalmistus kotona on lisääntynyt (Taillie, 2018, s. 5). Työssäkäyvät käyttävät ruoanvalmistukseen vähi-

ten aikaa, eläkeläiset eniten. Työssäkäynti selittää myös osaltaan sitä, että viikonloppuisin ruoanvalmistustystyöhön käytetään enemmän aikaa kuin arkipäivisin. (Astbury ym., 2020, s. 1–2, 6.)

Suurin osa kotitaloustyöstä on läpi historian mielletty kuuluvan naisen vastuulle. Kotitaloustyön vaatimat taidot ovat siirtyneet sukupolvelta toiselle, useimmiten äidiltä tyttarelle. Kotia on pidetty naisen työpaikkana vielä teollistumisenkin jälkeen, ja asuntorakennuksen ratkaisuihin etenkin keittiö nähtiin naiselle kuuluvana kodin alueena (Aulanko, 2009, s. 96; Malin, 2009, s. 31–32, 34). Naiset ovat aikaisemmin myös ansiotyössä olleet vähemmän arvostetuissa ruoanvalmistuksen työpaikoissa, kuten kouluissa ja sairaaloissa kun taas miehet ovat työskennelleet ravintoloissa kokkeina (Neuman, Gottzén & Fjellström, 2017, s. 152). Miesten asema kotitalouksien ruoanvalmistustystyön tutkimuksessa on ollut kapea ja yksiuolotteinen koko 2000-luvun alun ajan (Meah, 2013, s. 683).

Kotitaloustyöt jakautuvat Suomen kotitalouksissa edelleen epätasaisesti naisten ja miesten välillä selviää vuoden 2017 tasa-arvobarometrista (Närvi & Salmi, 2019, s. 103.) Kotitaloustöiden jakautumista vähemmistöryhmiin kuuluvissa talouksissa ei tasa-arvobarometrissä tutkittu (Lehtonen, 2019, s. 142). Tasa-arvobarometrit eivät ole ennen vuoden 2017 versiota tunnistanee ihmisten ja parisuhteiden moninaisuutta sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen näkökulmasta, vaan kysymysten asettelussa on ollut selkeä heteronormatiivinen oletus. Ongelmana kuitenkin on yhä, että barometrin vastaajajoukko on kooltaan niin pieni, ettei yleistettäviä tuloksia saada vähemmistöryhmistä, vaikka ne onkin osittain huomioitu uusimmassa vuoden 2017 barometrissa. (Lehtonen, 2019, s. 140–141.) Ruoanvalmistustystyön tasapuolistumisessa sukupuolten välillä voidaan nähdä myös edistystä. Amerikkalaisessa tutkimuksessa huomattiin, että etenkin korkeasti koulutettujen miesten ruoanvalmistustystyöhön käyttämä aika lisääntyi 2000-luvun alusta 2010-luvun puoliväliin tultaessa. Toisaalta alhaisesti koulutettujen miesten ruoanvalmistukseen käyttämä aika jopa väheni tällä ajanjaksolla. Naisilla muutos on päinvastainen, eli alhaisen koulutuksen saaneilla ruoanvalmistukseen käytetty aika lisääntyi, kun korkeakoulutetuilla naisilla se väheni. (Taillie, 2018, s. 3, 5–6.) Ruotsalaisessa tutkimuksessa löydettiin viitteitä siitä, että miesten arkinen ja velvollisuuden kaltainen ruoanlaitto on yhä yleisempää

(Neuman ym., 2017, s. 160). Pohjoismaisessa vertailututkimuksessa huomattiin Holmin, Ekströmin, Hachin ja Lundin (2019) mukaan naisten ja miesten välisen työnjaon jonkin verran tasaantuneen vuosien 1997 ja 2012 välissä. Aiheen tutkimuksessa tulisi ottaa huomioon, että yhteiskunta on muuttunut ja on yhä enemmän kotitalouksia ja perheitä, joissa perinteisille heteronormatiivisille jaotteluille ei ole sijaa.

Ruoanvalmistus ja naiseus ovat Torkkelin (2009, s. 134) mukaan vahvasti yhteydessä toisiinsa. Naiseutta tuodaan esiin ruoanvalmistuksella ja sen koetaan edistävän perheen emotionaalista ja sosiaalista hyvinvointia. Toisaalta ruoanvalmistus nähdään myös velvollisuutena, joka kuuluu naiseuteen. (Torkkeli, 2009, s. 134.) Tätä velvollisuutta ollaan kuitenkin valmiita jakamaan ja vastuuta ottavia kumppaneita arvostetaan (Bove & Sobal, 2015, s. 76). Miesten ruoanvalmistusta kuvataan mediassa useimmiten ammattina ja kutsumuksena, tietynlaisen vapaaehtoisuuden ja harrastuneisuuden kautta. Naisten kohdalla toistuvat yhä huolenpito ja arkiset velvollisuudet. (Szabo, 2013, s. 625–626). Miesten vastuulla ruoanvalmistuksessa on lähes poikkeuksetta grillaaminen. Miehet ovat myös ottaneet enemmän jalansijaa viikonloppu- ja erityistilanteiden ruoanvalmistuksesta, kun taas naiset ovat vastuussa arkisesta ruoanvalmistuksesta. (Ueland, 2009, s. 98.)

Jos ruoanvalmistustyöhön osallistuu useita henkilöitä, joudutaan tilanteissa neuvottelemaan ja jakamaan käsityksiä toivotusta lopputuloksesta. (Torkkeli, Mäkelä & Niva, 2020, s. 553–555.) Vaikka ruoanvalmistustyö koettaisiin mielekkääksi ja omiin ruoanvalmistustaitoihin luotettaisiin, ei se välttämättä korreloi ruoanvalmistustyön yleisyyden tai todellisten taitojen kanssa (Short, 2006, s. 7). Pariskunnilla ruoanvalmistustyöstä vastuussa olevan henkilön valikoitumiseen vaikuttaa ikä, aikaisempi kokemus ruoanvalmistustyöstä sekä parisuhteen kesto. Iältään nuoremmilla pariskunnilla vastuun jakautuminen on yleisempää eikä riipu sukupuolesta. Ikä on yhteydessä etenkin miesten rooliin ruoanvalmistustyössä nuorten miesten ottaessa enemmän vastuuta verrattuna vanhempiin miehiin. Naisten kohdalla iällä ei ole samanlaista yhteyttä. Päävastuun ruoanvalmistustyöstä etenkin suunnittelun, kaupassakäynnin ja ruoanvalmistuksen osalta ottaa parisuhteessa se osapuoli, joka kokee ruoanvalmistuksen miellyttävämpänä ja on siinä

kokeneempi. Jälkitöiden ja siivoamisen hoitaminen painottuu tällöin toiselle osapuolelle. (Bove & Sobal, 2015, s. 74–76, 79, 84.)

Vastuunjaon tasapuolisuutta parisuhteessa edesauttaa kokemattomamman osapuolen kumppaniltaan saama kannustus ja keuhut ruoanvalmistuksen yhteydessä. Toisaalta etenkin naiset saattavat torjua kaikenlaisen avun tarjoamisen ja pitää keittiötä ja ruoanvalmistusta omana työnään (Bove & Sobal, 2015, s. 77–79). Myös Short (2006, s. 38) toteaa, että ruoanvalmistuksesta vastuussa oleva henkilö toimii mieluiten itsenäisesti. Vastuussa olevalla henkilöllä voi olla hyvin vahva näkemys millä tavalla mikäkin ainesosa tulee valmistaa ja toisen tapa tehdä voidaan kokea vääränä. On huomattu, että heteronormatiivisissa parisuhteissa ruoanvalmistustyön päävastuun ottaminen on miehille vapaaehtoista, mutta jos neuvottelua asiasta ei ole, se annetaan naiselle tai nainen ottaa vastuun automaattisesti. Päävastuussa olevat miehet nauttivat ruoanvalmistuksesta, kun taas päävastuussa olevilla naisilla oli siihen varsin neutraali suhtautuminen Boven ja Sobalin (2015, s. 86) tutkimuksessa.

Malin (2009, s. 38) sekä Maavirta (2009, s. 123–124) pohtivat kaupungistumisen ja teollistumisen merkitystä kotitalouksien ruoanvalmistustyöhön. Suhtautuminen ruoanvalmistukseen on muuttunut, kun ruokia ei tarvitse valmistaa alusta alkaen itse vaan niitä saa valmiina tai puolivalmisteina ruokakaupoista (Maavirta, 2009, s. 123–124). On esitetty huoli siitä, että lapset ja nuoret eivät enää opi ruoanvalmistuksen perustaitoja. Kotona ei välttämättä ole ketään, kenen esimerkkiä seurata ja keneltä oppia ruoanvalmistuksen taitoja, jos kodeissa syödään lähinnä valmisruokia. Myös harrastukset ja muu vapaa-ajan toiminta voi viedä aikaa ruoanvalmistustyöltä. (Aulanko, 2009, s. 96; Maavirta, 2009, s. 125; Short, 2006, s. 4.) Valmisruokia käytettäessä vastuu ruoanvalmistustyön mekaanisesta ulottuvuudesta siirtyy teollisuudelle. Jallinojan, Mäkelän ja Nivan (2018, s. 1502) mukaan on kuitenkin nähtävillä asennoitumista teollisuuden valmistamia ruokia vastaan ajatuksella, että valmisruoka ei ole ”aitoa” ruokaa, ja että alusta asti itse tehty ruoka on parempaa. Myös omavaraisuus on ollut kasvussa palstaviljelyn muodossa ja pientuottajien tukeminen on trendikästä. (Jallinoja ym., 2018, s. 1502.)

Torkkeli (2009, s. 133) esittää herättelevän kysymyksen ruoanvalmistuksesta: *”Miksi ruokaa ylipäättään enää valmistetaan kodeissa, jos kaiken voi ostaa myös valmiina?”*

2.3 Ruoanvalmistustyöhön suhtautuminen

Ruokaan ja syömiseen liittyy monia kulttuurillisia ja henkilökohtaisia toimintoja, tottumuksia ja ajatuksia, ja näiden ajatellaan olevan oleellinen osa ihmisen identiteettiä (Smith, 2002; Fjellström, 2009). Ruoanvalmistustyö saa erilaisia merkityksiä ympäröivän kontekstin mukaan (Szabo, 2013, s. 629). Sekä tuloksena syntyneellä ruoalla että valmistusprosessilla voidaan ilmentää monia asioita, kuten identiteettiä ja uskoa sekä tunteita ja kiintymystä. Ne voivat olla välttämätön osa rituaalia tai perinnettä. (Long, 2016, s. 205, 207.) Sukupuolen ja kulttuurin merkitystä voidaan vahvistaa ruoanvalmistustyöllä (Mills ym., 2017, s. 129). Szabon (2014, s. 24–26) tulkinta haastaa perinteistä ajatusta ruoanlaittoon suhtautumisesta sukupuoleen sidottuna, jossa maskuliinisia piirteitä ovat harrastuneisuus ja ajanvietto ja feminiinisiä huolenpito ja velvollisuus. Miesten suhtautuminen ruoanvalmistusta kohtaan sisälsi niin feminiiniseksi miellettyjä kuin maskuliiniseksi miellettyjä merkityksiä. Suhtautuminen ruoanvalmistukseen on siis enemmän riippuvainen kotitalouden sosiaalisista rooleista, perhesuhteista ja niiden kehityksestä kuin sukupuolesta. (Szabo, 2014, s. 27, 29).

Ruoanvalmistustyön prosessiin vaikuttaa se mitä varten ja kenelle ruokaa valmistetaan. Arkisella ruoanvalmistuksella on eri merkityksiä ja tavoitteita kuin vieraille tai juhlia varten tehtävällä ruoanvalmistuksella. Joskus ruoanvalmistustyössä halutaan päästä mahdollisimman vähällä vaivalla ja sotkulla ja prosessi pidetään yksinkertaisena. (Szabo, 2013, s. 629.) Arjessa ei haluta käyttää aikaa jälkitöihin ja siivoamiseen. Ruoanvalmistus, joka vaatii monia eri välineitä tai vaikeasti puhdistettavia välineitä ei ole yhtä mielekästä arkena kuin viikonloppuna (Short, 2006, s. 88). Shortin (2006, s. 31–33) mukaan viikonloppujen ja ilta-ajan ruoanvalmistusta arvostetaan enemmän, kuin arkipäivinä ja lounasaikaan tehtyä ruoanvalmistusta. Vieraille ja aikuisille tarjottuun ruokaan panostetaan enemmän kuin omalle perheelle tai lapsille tarjottuun ruokaan. Erot tulevat esille muun muassa ruoanvalmistukseen käytettävässä ajassa, siinä mitä ruokaa tarjotaan, kuinka paljon tehdään alusta asti itse sekä minkälaisia raaka-aineita hankitaan.

Torkkeli ym., (2020, s. 17–18) painottavat myös ruoanvalmistustyön tilannesidonnaista luonnetta ja sitä, että valmistettavan ruoan ”sopivuus” on tilanteesta riippuvaista. Elämänvaiheet ja asumismuoto vaikuttavat myös siihen, kuinka paljon ruoanvalmistusta tehdään. Yksin asuvat käyttävät enemmän valmisruokia ja kokeilevat harvemmin uusia reseptejä, kuin kotitalouden jonkun kanssa jakavat (Mills ym., 2017, s. 128; Short, 2006, s. 85.)

Ruoanvalmistuksen tuloksena syntyvä ruoka voi edustaa monia asioita, ja sille annetaan erilaisia merkityksiä (Long, 2016, s. 205). Itse valmistetun ruoan tarjoamista toiselle voidaan pitää lahjana sekä osoituksena huolenpidosta ja välittämisestä (Mäkelä, 2009, s. 41.) Tärkeimmäksi syyksi ruoanvalmistukseen kotona koettiin eräässä tutkimuksessa hyvän ja ravitsevan aterian varmistaminen perheelle, etenkin lapsille (Möser & Leonhäuser, 2019, s. 43). Lasten läsnäolon on toisaalta koettu vaikuttavan negatiivisesti ruoanvalmistustilanteeseen (Szabo, 2013, s. 631–633). Kotona yhdessä tehtävällä ruoanvalmistustyöllä voi toisaalta olla positiivinen vaikutus sosiaalisiin suhteisiin ja sen avulla on mahdollista opetella ja vahvistaa vuorovaikutustaitoja (Mills ym., 2017, s. 129; Maavirta, 2009, s. 126).

On saatu viitteitä siitä, että itse valmistettuun ruokaan liittyy enemmän tunteita kuin valmiina ostettuun. Positiiviset sekä negatiiviset tunteet ovat vahvempia liitettyinä itse valmistettuun ruokaan. Itse tehtyä ruokaa usein verrataan jossain toisaalla nähtyyn tai syötyyn annokseen ja epäonnistuminen voi johtaa valmisruokien lisääntyvään käyttöön (Short, 2006, s. 42.) Ruoka liitetään ihmisen identiteettiin ja sillä voi ilmaista omaa identiteettiään. Arvoja, omaa kulttuuria, uskontoa sekä sukupuolta voi ilmaista ruoanvalmistuksen avulla, sillä erilaisiin ominaisuuksiin liitetään erilaisia ruokia ja ruoanvalmistusmenetelmiä. (Long, 2016, s. 208; Short, 2006, s. 15–16.) On myös väitetty, että ruoanvalmistuksesta nautitaan erityisesti silloin, kun päästään kokeilemaan jotain uutta ja erilaista sekä käyttämään omaa luovuutta. Ruokaohjeita muokataan ja niistä haetaan inspiraatioita sen sijaan, että niitä noudatettaisiin kohta kohdalta. Ruoanvalmistus voi olla rentouttavaa ja terapeutista työskentelyä, sen yhteydessä ja lopputuloksesta voi kokea tyytyväisyyttä, mutta se voi myös olla yksi kotityö muiden joukossa, johon ei haluta käyttää yhtään ylimääräisiä resursseja. (Short, 2006, s. 37, 48, 73–74.)

Szabo (2013, s. 630) on kuvannut ruoanvalmistustyötä työn ja vapaa-ajan sekoituksena (*work-leisure*), sillä siinä yhdistyvät työhön liitettävä pitkäväteisyys ja väsyttävyys sekä vapaa-aikaan liitettävä rentouttava ja piristävä vaikutus.

3 Ruoanvalmistustyön ulkoistaminen

Korkeampi tulotaso ja koulutus, kaupungissa asuminen sekä korkeampi lasten ikä ennustavat tutkimusten mukaan säännöllistä ruoanvalmistustyön ulkoistamista (Cornelisse-Vermaat ym., 2013, s. 531, 533). Ruoanvalmistustyön ulkoistamisella tarkoitan raaka-aineiden hankkimisen, ruoanvalmistuksen mekaanisen ja prosessivaiheisen työskentelyn, esillepanon sekä jälkien siivoamisen ulkoistamista, lukuun ottamatta ruokailuvälineiden ja ruokapakkauksen hävittämistä. Tutkielmassani käytän ravintolaruokailun tutkimusta, sillä aterioiden kotiinkuljetuspalveluista ei ole vielä tutkimusta käyttämästäni näkökulmasta.

3.1 Kotitöiden ulkoistaminen

Kuten aikaisemmissa tutkielman luvuissa on tuotu esille, suuri osa kotitöistä painottuu heteronormatiivisissa parisuhteissa naisten vastuulle. On esitetty, että yksi keino tasapainottaa kotitalouksissa tehtävien kotitöiden jakautumista kotitalouden jäsenten välillä on ulkoistaa töiden tekeminen ulkopuoliselle palveluntarjoajalle (Graig & Baxter, 2016). Kotitöiden ulkoistamista tutkivissa tutkimuksissa kotityöt jaotellaan usein siivoukseen, pyykinhuoltoon, ruoanvalmistukseen, kodin kunnostukseen ja lastenhoitoon. Ulkoistamisella tarkoitetaan sitä, että kotityön tekemisestä maksetaan jollekin kotitalouden ulkopuoliselle taholle. (ks. van der Lippe, Frev & Tsvetkova, 2013; Graig & Baxter, 2016.) Naiset tekevät perinteisesti hoivatyöhön liittyviä kotitöitä ja miehet kodin kunnostustöitä. Voidaan siis olettaa, että eri kotitöiden ulkoistamisella on erilainen vaikutus siihen, tasapainottuuko naisten ja miesten kotityön tekeminen (Graig & Baxter, 2016, s. 273–274). Kotitöiden ulkoistaminen on riippuvaista muun muassa kotitalouden jäsenten työtilanteesta ja tuloista sekä mahdollisten lasten iästä (Graig & Baxter, 2016, s. 272). Van der Lippe ym. (2013, s. 1592) väittävät, että kotitöiden ulkoistamiseen vaikuttaa myös se kuinka niihin suhtaudutaan, ja että kotitöistä pitävät ulkoistavat niitä vähemmän.

Jos kotitöiden ulkoistamisella haetaan nimenomaan ajansäästöä, on merkittävää minkä tyyppisiä kotitöitä ulkoistetaan. Ruoanvalmistuksen ulkoistamisessa sillä, onko kyseessä noutoruoka tai kotiin kuljetettu ruoka, ei välttämättä ole yhtä suurta vaikutusta ajan käyttöön, kuin esimerkiksi säännöllisen viikkosiivouksien

tai puutarhahoidon ulkoistamisella (Graig & Baxter, 2016, s. 274). Kotitöiden ulkoistamisen yleisyyteen vaikuttaa tehty ansiotyön määrä. Tässäkin on nähtävillä sukupuolten välisiä eroja. Miesten pitkät työajat ovat yhteydessä kaikenlaisien kotitöiden ulkoistamiseen, mutta naisten pitkät työajat näkyvät vain pyykinhuollon ja siivouksen sekä ruoanvalmistustyön ulkoistamisessa. (Graig & Baxter, 2016, s. 279.) Kotitöiden ulkoistamisen ja ajankäytön tutkimusten tuloksena on esitetty, että ruoanvalmistustyön ulkoistaminen eroaa muiden kotitöiden ulkoistamisesta. Tähän liittyy huomio siitä, että suurempi noutoaterioiden määrä – eli ruoanvalmistustyön ulkoistaminen – oli yhteydessä suurempaan subjektiiviseen kiireen tuntuun, mutta muiden kotitöiden ulkoistamisen kohdalla yhteys oli tilastollisesti merkityksetön (Graig & Baxter, 2016, s. 283). Myös van der Lippe ym. (2013, s. 1593) löysivät ruoanvalmistuksen kohdalla yhteyden käytettävissä olevaan aikaan. Heidän mukaansa mitä vähemmän kotitalouden jäsenillä on käytettävissä olevaa aikaa, sitä voimakkaammin ruoanlaittoon liittyvät mieltymykset vaikuttavat ulkoistamispäätökseen.

Kotitöiden ulkoistamiseen on kehitetty eri valtioissa kannustimia, joiden tarkoitus on ollut muun muassa helpottaa naisten asemaa työmarkkinoilla (Raz-Yurovich & Marx, 2019, s. 206). Suomessa esimerkki samantapaisesta kannustimesta on verotuksessa hyödynnettävä kotitalousvähennys, jota saa erilaisista kodin kunnostustöistä, kotitaloustöistä ja hoivatyöstä. Vähennyksen saa esimerkiksi siivouspalveluista, remontoinnin teettämisestä sekä ruoanlaitosta. Vähennys maksetaan työstä ja työn täytyy tapahtua kodissa. (Vero, 2019.) Tämän takia kotitalousvähennyksen alainen ruoanvalmistustyön ulkoistaminen ei ole tämän tutkielman rajauksen puitteissa eikä sitä käsitellä tutkielmassa enempää.

3.2 Ravintolassa ruokailu

Ravintoloissa käynti on yleistynyt ja sen voidaan ajatella kuuluvan jokaisen suomalaisen arkeen. Tämä on perusteltavissa kohtuullisen minimin viitebudjetilla, jonka ruokaa käsittelevässä osiossa on varattu summa joka toinen viikko tapahtuvaan ravintolaruokailuun tai noutoruoan nauttimiseen (Lehtinen & Aalto, 2018, s. 24). Työpaikkaruokailu on kohtuullisen minimin viitebudjetissa erotettu muusta ravintolaruokailusta (Lehtinen & Aalto, 2018, s. 24). Suomessa on vahva työpaik-

karuokailun kulttuuri. Jopa kaksi kolmesta työntekijästä ruokailee henkilöstöravintolassa, jos siihen on mahdollisuus. (Varjonen & Peltoniemi, 2012, s. 18.) Omassa tutkielmassani keskityn kuitenkin tarkastelemaan vain vapaa-ajan ravintolaruokailua.

Minkälaisessa ravintolassa, milloin ja miten usein sekä mitä syödään, liittyy vahvasti statukseen ja sosioekonomiseen asemaan (Lund, Kjaernes & Holm, 2017, s. 29–30). Johnston ja Baumann (2015) ovat keskustelleet statuksen asemasta ruokaharrastajien (*foodies*) keskuudessa. Heidän mukaansa ruokaharrastajat ovat useimmiten statukseltaan korkeassa asemassa. Ruokaharrastajat ovat kuitenkin kaikkiruokaisia, eli he käyttävät sekä korkealuokkaisia fine dining palveluita, että katukojuja, joita ei ole perinteisesti yhdistetty korkeaan statukseen (Johnston & Baumann, 2015, s. 153). Purhonen, Gronow, Heikkilä, Kahma, Rahkonen ja Toikka (2014, s. 182) pohtivat, liittyykö Suomessa ruokaan ja ruokailuun samanlaisia kulttuurisia ja sosiodemografisia malleja kuin muun kulttuurin kulutukseen. Korkeakoulutetut sekä nuoret aikuiset (18–34-vuotiaat) ruokailevat ravintoloissa yli kaksi kertaa useammin vähintään kerran viikossa, iltaisin tai viikonloppuisin, kuin vain perusasteen koulutuksen suorittaneet sekä vanhemmat (55–74-vuotiaat) henkilöt. Tulotasoltaan ylimmässä viidenneksessä olevat sekä ammattinimikkeeltään korkeammalla olevat käyttävät ravintolapalveluita useammin kuin alimman viidenneksen tuloluokka sekä perustyöntekijät. (Lund ym., 2017, s. 30; Purhonen ym., 2014, s. 194–195.) Myös asuinalue vaikuttaa; kaupungissa ja urbaaneilla alueilla asuvat syövät ulkona useammin kuin maalla ja harvaan asutuilla alueilla elävät. Tähän vaikuttaa ravintoloiden tarjonta, joka on monipuolisempaa tiheään asutuilla alueilla sekä yleisemmät elämäntyylien erot. (Lund ym., 2017, s. 31.) Elämäntilanne vaikuttaa ulkona syömisestä yleisyyteen, ja useimmiten ravintoloissa käyvät yksin asuvat sekä seurustelevat parit, joilla ei ole lapsia (Purhonen ym., 2014, s. 199). Ulkomailta on saatu eriäviä tuloksia lapsiperheiden ulkona syömisestä suhteen, ja esimerkiksi Yhdysvalloissa ja muualla Euroopassa lapsiperheet käyttävät ravintolapalveluita paljon (esim. McGuffin, Wallace, McCrorie, Price, Pourshahidi, & Livingstone, 2013; Jabs, Devine, Bisogni, Farrell, Jastran & Wethington, 2007).

Tutkittaessa millaista ruokaa syödään ja millaisissa ravintoloissa käydään, on löydetty eroja eri yhteiskuntaluokkien välillä. Suomessa koulutuksella on huomattu olevan vaikutusta siihen, minkälaisesta ruoasta pidetään ja kuinka paljon ruokia eri ruokakulttuureista on maistettu. Korkeakoulutetut henkilöt ovat todennäköisemmin tutustuneet Suomessa uudempiin etnisiin ruokakulttuureihin kuin vain perusasteen suorittaneet, jotka pitävät enemmän perinteisestä suomalaisesta ruoasta. (Purhonen ym., 2014, s. 183–187.) Iso-Britanniassa tehdyissä tutkimuksissa (Warde, 2016, s. 136; Ward, Whillans & Paddock, 2019) on saatu samansuuntaisia tuloksia. Korkeampaan yhteiskuntaluokkaan kuuluvat ovat kokeneempia ravintolassa käyjiä kuin muut niin useuden kuin monipuolisuudenkin näkökulmasta.

Kuluttajien varsinaisia syitä ulkona syömiselle on tutkittu melko vähän (Chua, Karim & Lee, 2020, s. 2). Chua ym. (2020, s. 3) käyttivät tutkimuksessaan neljää eri syytä ulkona syömiselle, jotka olivat nopea ruokailu, sosiaalinen kanssakäyminen, liiketoimintaan liittyvä ruokailu sekä juhlinta. Ha ja Jang (2013) pyrkivät löytämään tutkimuksessaan syitä erilaisten ravintoloiden valitsemiseen. Heidän tutkimuksessaan syiksi ja ravintolaruokailun tavoitteeksi paljastui pikaruokaravintoloiden kohdalla etenkin rahan ja ajan säästäminen ja rentojen ravintoloiden yhteydessä hyvä mieli ja rentoutuminen, yhteenkuuluvuuden tunne sekä kokemusten jakaminen. Fine dining -ravintoloiden yhteydessä painottuivat elämänlaadun ja itsetunnon parantaminen sekä uusien kokemusten saaminen. (Ha & Jang, 2013, s. 396–397, 401–403). Tänä päivänä ravintoloiden monipuolisuus ja tarjonta on erittäin runsasta ja ravintoloissa ruokailu on yleistynyt ja arkipäiväistynyt koko Suomessa. Arjen piristäminen nousi Kespron (2019, s. 10) tutkimuksessa suomalaisten keskuudessa tärkeimmäksi (67 % väestöstä) motiiviksi ulkona syömiselle. Vastauksissa näkyy lisäksi arjen kiireisyys ja toisaalta myös monipuolistuva tarjonta. Yli kolmannes suomalaisista - etenkin nuoret aikuiset - kertoo ravintolapalveluiden käytön syyksi, ettei viitsi alkaa itse ruoanlaittoon. (Kespro, 2019, s. 10.)

3.3 Valmiiden aterioiden kotiinkuljetus

Aterioiden kotiinkuljetuksen tutkimus keskittyy pääosin ruokalähettiläiden hankalaan asemaan työntekijöinä (esim. Goods, Veen, Barrat, Kaine & Josserand, 2019;

Veen, Barrat, Goods, 2019) sekä tilauksen tekemiseen käytettävien sovellusten ominaisuuksiin ja kehitykseen (esim. Troise, O'Driscoll, Tani & Prisco, 2020; Gupta & Duggal, 2020; Prabhu & Soodan, 2020). Käyttäjien näkökulmasta ja taustalla vaikuttavista syistä ole vielä kovin paljon tutkimusta (Annaraud & Berezhina, 2020, s. 306, 317; Park & Roh, 2019, s. 262). Koska Suomessa ruoankuljetuspalveluiden toimiala on vielä verraten nuori, ei suomalaista tutkimusta aiheesta ole juuri lainkaan.

Kehittyvä ja kasvava verkkokauppa on mahdollistanut myös valmiiden aterioiden ostamisen verkosta kotiin toimitettuna. Valmiiden ruoka-annosten verkosta tai puhelinsovelluksesta tilaaminen ja niiden kotiinkuljetus on etenkin Aasian maissa kovassa kasvussa. Kotiinkuljetuksia hoitaa joko ravintola itse tai ruokälähettiläpalveluyritys, jolla voi olla asiakkaanaan monia eri ravintoloita. (Yeo, Goh & Rezaei, 2017, s. 150.) Ruokälähettiläpalveluiden sovelluksissa ja verkkosivuilla asiakas voi selata ravintoloita ja niiden tarjontaa sekä tehdä ja maksaa tilauksen (Gunden, Morosan & DeFranco, 2020a, s. 496). Älypuhelinten yleistymisen on mahdollistanut useiden eri ruokälähettiläpalveluiden tulon markkinoille (Lee, Lee & Yeon, 2017, s. 1462) ja niiden voidaan ajatella olevan rinnakkainen vaihtoehto tai korvaaja perinteiselle puhelin- ja verkkosivutilauksille (Gunden, Morosan & DeFranco, 2020b, s. 1329; Keeble, Adams, Sacks, Vanderlee, White, Hammond & Burgoine, 2020, s. 5201). Tilauksen toteuttamiseen vaikuttaa muiden asiakkaiden antamat arvostelut ravintoloista ja ruoasta. Sovellusta tai verkkosivua selataan joko utilitaristista tai hedonistisista motiiveista, utilitarististen ollessa tarve jollekin tietylle annokselle ja hedonistisen motiivin ollessa halu nautiskella ja koko tarjonnan selailu (Gunden ym., 2020a, s. 505). Palveluiden käytöllä halutaan mukavuutta ja helppoutta arkeen (Chandrasekhar, Gupta & Nanda, 2019, s. 382). Kuluttajat suosivat sovelluksia, joissa asiakaspalvelu, ruoan laatu ja maku sekä toimituksen täsmällisyys ovat kunnossa (Annaraud & Berezina, 2020, s. 317–318; Chandrasekhar ym., 2019, s. 381).

On esitetty, että nykyihmisen kiireinen elämäntyyli on saanut aikaan muutoksen, jossa ruoka tuodaan sinne missä ihminen on, sen sijaan, että ihminen menisi sinne missä on ruokaa (Yeo ym., 2017, s. 152). Valmiiden aterioiden tilaaminen puhelinsovelluksen kautta on niin yksinkertaista, että siihen pystyy lähes kuka

vain (Yeo ym., 2017, s. 157). Tilauksen tekeminen sovelluksen kautta vaatii kuluttajalta kuitenkin kognitiivista kapasiteettia, sillä toimitusajat vaihtelevat ja erilaiset annokset kestävät kuljetusta eri tavoin ja kuluttajan tulee arvioida tilanteessaan paras vaihtoehto (Gunden ym., 2020b, s. 1326, 1328). Seitsemää eri maata vertailevassa tutkimuksessa aterioiden kotiinkuljetuspalvelun käyttämistä ennusti nuori ikä, etniseen vähemmistöön kuuluminen, korkea koulutus sekä se, että talouteen kuului alle 18-vuotiaita lapsia. Miesten todettiin käyttävän palveluita enemmän. (Keeble ym., 2020, s. 5197.) Palveluita käyttävien ikäjakaumaa selitetään sillä, että nuorempien on helpompi omaksua uusia tapoja käyttää teknologiaa, kun vanhempi sukupolvi turvautuu mieluummin tuttuihin tapoihin. Korkeamman koulutuksen sekä kotitaloudessa asuvien lapsien yhteyttä palvelujen käyttöön selitettiin kiireellä. (Keeble ym., 2020, s. 5202.) Myös Roh ja Park (2019, s. 263) sekä Anupama ja Rinky (2019, s. 290) esittävät kiireen olevan suuri tekijä aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden kasvaneessa kysynnässä ja nimeävät perheiden kiireen syiksi molempien vanhempien työssäkäynnin.

Vaikka kuluttajat etsisivät valmiista aterioista helpotusta arjen kiireeseen, voi ruoanvalmistustyön ulkoistamisen halukkuuteen vaikuttaa moraalinen velvollisuus ja näkemys siitä, että ateria on riittävä ja hyväksyttävä vain itse valmistettuna (Mäkelä, 2002; Roh & Park, 2019, s. 263–264). Mäkelä (2002) käsitteli aihetta väitöskirjassaan pohtimalla, onko valmisruoka vähemmän välittämistä. Roh’n ja Parkin (2019, s. 265) mukaan moraalinen velvollisuus ja näkemys kunnollisen aterian tarjoamisesta on vahvempi parisuhteessa olevilla kuin yksin elävillä. Tätä on perusteltu sillä, että parisuhteeseen oletetaan yleisesti kuuluvan toisesta huolehtiminen ja ruoanvalmistus on monille tapa pitää toisesta huolta (Roh & Park, 2019, s. 265, 271). Gundenin ym. (2020a, s. 499, 505) mukaan aterioiden kotiinkuljetuksen käyttäminen on vahvasti yhteydessä sosiaaliseen ulottuvuuteen. Verkosta tai sovelluksesta tilattu ruoka nautitaan useimmiten yhdessä muiden kanssa kotona tai työpaikalla. Roh & Park (2019, s. 269–270) toteavat, että sosiaalinen paine voi vaikuttaa yksilön päätökseen käyttää kotiinkuljetuspalvelua.

Aterioiden kotiinkuljetusta on ehditty tutkia myös maailmalla vallitsevan Covid-19-pandemian kontekstissa. Cai ja Leung (2020) selvittivät tutkimuksessaan, millä

tavoin aterioiden kotiinkuljetukseen liittyvät ajatukset eroavat pandemiasta vakavasti kärsivillä alueilla verrattuna pandemian kannalta rauhallisilla alueilla. Vakavilla alueilla ajatukset keskittyivät konkreettisiin ”kuinka”-toimiin tilaukseen liittyen, kuten kasvomaskin sekä käsidesin käyttöön tilausta vastaanottaessa. Pandemian kannalta rauhallisemmilla alueilla ajatukset olivat abstrakteja ja kohdistuivat enemmän syihin käyttää palvelua, kuten sosiaalisten kontaktien välttämiseen sekä pienten yritysten tukemiseen. (Cai & Leung, 2020, s. 5–7.)

4 Ruokailutilanteessa vaikuttavat tekijät

Ihmisen ruokakokemus koostuu monista eri tekijöistä ja on aina subjektiivinen. Ruoka- ja ruokailuympäristöllä on suuri merkitys niin makuaistiimme kuin tulkin- taamme ruoasta ja eri tilanteissa arvostamme eri asioita. (Kurikka & Riukulehto, 2015, s. 21.) Avaan tässä luvussa ruokailutilanteessa yksilön kokemukseen vai- kuttavia tekijöitä niin fyysisen kuin sosiaalisenkin ulottuvuuden näkökulmasta.

4.1 Ruokaympäristö ja ruokailuympäristö

Se, mitä ympäristö tarjoaa ja mahdollistaa, vaikuttaa voimakkaasti siihen, miten ihminen suhtautuu syömiseen ja mitä hän syö. Ruokaympäristö-termillä tarkoite- taan elintarvikkeiden saatavuuteen, saavutettavuuteen, esillepanoon, pakkauk- siin ja niiden viestintään liittyviä tekijöitä sekä elintarvikkeiden hinnanmuodos- tusta ja verotusta (Erkkola, Fogelholm, Konttinen, Laamanen, Mäenpää, Neva- lainen, Nikula, Pirttilä, Uusitalo & Saarijärvi 2019, s. 36). Ruokaympäristö voidaan jakaa makroympäristöön, jossa ruokavalintoihin vaikuttavat yhteiskunnan eri toi- mijat sekä mikroympäristöön, jossa ruokavalintoihin vaikuttavat fyysinen ja sosi- aalinen ympäristö (Erkkola ym., 2019, s. 36, 41). Ravintolat ovat yksi esimerkki makroympäristöön kuuluvista yhteiskunnan toimijoista, jotka ohjaavat kuluttajien ruokavalintoja muun muassa saatavuuden ja saavutettavuuden avulla (Erkkola ym., 2019, s. 42, 44, 48). Aterioiden kotiinkuljetuspalvelut ovat vaikuttaneet suu- resti ravintolatuotteiden saatavuuteen ja saavutettavuuteen. Mikroruokaympä- ristö koostuu fyysisestä ja sosiaalisesta ympäristöstä (Erkkola ym., 2019, s. 41). Koti on yksi esimerkki fyysisestä ympäristöstä. Sosiaalinen ja fyysinen ympäristö vaikuttavat limittäin ja erityisesti ystävillä, perheellä ja roolimalleilla, kuten sosiaa- lisen median vaikuttajilla, on suuri vaikutus yksilön ruokavalintoihin. Ympäris- tössä voi olla niin fyysisiä kuin henkisiä ja sosiaalisia esteitä, kuten ajanpuute, fyysisten resurssien, taitojen ja tuen puute. (Erkkola ym., 2019, s. 37, 48–49.)

Ruokailuympäristöllä tarkoitetaan niitä ympäröiviä tekijöitä, jotka vaikuttavat ko- kemukseemme ruokailutilanteesta. Ruokailuympäristö sisältää muun muassa so- siaaliset kontaktit, tilan värit, valot, äänet ja tuoksut sekä ilmapiirin ja mahdolliset häiriötekijät. (Su-Hui & Hung-Chou, 2019, s. 2; Wansink, 2004, s. 456.) Ruokai- luympäristössä meihin vaikuttaa näkemämme, maistamamme ja haistamamme

lisäksi valaistus, tilan hälyisyys tai rauhallisuus, onko tila luonteeltaan kylmä vai lämmin sekä seura, jossa syömme. (Hynynen, Hopia, Uimonen, Pitkäkoski, Aaltojärvi, Paakki, & Kontukoski, 2018, s. 8.) Ruokailuympäristö vaikuttaa käsitykseenme tarjottavista elintarvikkeista sekä siihen, kuinka paljon syömme ja mitä päätämme syödä (Stelick & Dando, 2018, s. 26). On kuitenkin myös esitetty, että valaistuksella, äänillä ja tuoksuilla on lähinnä välillinen vaikutus siihen, kuinka paljon syömme. Niillä luotu miellyttävä ilmapiiri kannustaa ihmisiä istumaan pidempään pöydän ääressä ja näin ollen syömään enemmän (Wansink, 2004, s. 460).

Ruokailutilanne on hyvin riippuvainen ruokailuympäristöstä. Vaikka yksittäisiä positiivisia tekijöitä ruokailuympäristöstä olisi vaikea nimetä, on yksittäinen negatiivinen asia helppo huomata ja se usein pilaa koko ruokailun tunnelman, kuten melu, epämukavat tuolit tai huono asiakaspalvelu. (Kurikka & Riukulehto, 2015, s. 22.) Positiivinen ruokailutilanne koostuu kodinomaisista asioista, kuten intiimiydestä ja omasta tilasta, lämpimästä ja pehmeästä valaistuksesta sekä väreistä. Kodit ovat arjen ruokailuympäristöjä. Ruokapöytä on edelleen tärkeässä roolissa luomassa ruokailuympäristöä kodeissa, ja sen ääreen pysähdytään yhteiselle aterialle. (Kurikka & Riukulehto, 2015, s. 21, 24.) Riukulehto ja Rinne-Koski (2014) selvittivät tutkimuksessaan eläkeiän saavuttaneiden ihmisten käsityksiä siitä, mikä tekee asunnosta kodin. Keittiötä pidettiin kodin sydämenä ja kodikkuuden tunnetta toi ruoanvalmistus. (Riukulehto & Rinne-Koski, 2014, s. 22, 25.) Kodikkuuteen on yhdistetty myös tunne siitä, että voi ruokailutilanteessa olla rento ja oma itsensä (Hynynen ym., 2018, s. 39). Seura on tärkeä ruokailutilanteen mittari ja oma perhe on monelle mieluisinta ruokailuseuraa. (Kurikka & Riukulehto, 2015, s. 21.)

Ruokailutilanteeseen ja ruoanvalintaan voidaan siis vaikuttaa ravintoloissa ympäristöön liittyvillä valinnoilla. Ravintola-alalla näille tekijöille annetaan erittäin suuri rooli. (Hynynen ym., 2018, s. 9–12). Kotioloissa tällaisia valintoja värien, valon, äänten ja tuoksujen suhteen voidaan vaihdella oman halun mukaan muuttamalla sisustusta. Hynynen ym., (2018, s. 37) tutkimuksen osallistujat vertailivat ravintolaruokailua ja kotiruokailua etenkin kodikkuuden ja intiimin tunnelman kautta. Erilaisista ravintolaruokailuista ravintolaillallinen koettiin intiimimmäksi

kuin lounasruokailu tai pikaruokalassa ruokailu. Kodikkuuden tuntua ruokailuympäristössä lisää pienempi pöytäkoko (Hynynen ym., 2018, s. 36), ja usein illallisravintoloissa pöydät ovat samankokoisia tai pienempiä kuin ruokapöydät kotona. Aterioiden tilaaminen kotiin mahdollistaa ravintolaillallisen jälleenrakentamisen kotiloissa, jossa ruokailun onnistuminen ei ole riippuvainen esimerkiksi tarjoilijoista tai toisista asiakkaista, ja ruokaa ja juomaa voidaan nauttia monen eri ravintolan listalta (Gunden ym., 2020b, s. 1326).

4.2 Ruokailun sosiaalinen ulottuvuus

Koponen, Niva ja Mäkelä (2018, s. 62–64) pohtivat vapaa-ajan ravintolaruokailun sosiaalista ulottuvuutta. Yksin syöminen on lisääntynyt niin kotiloissa kuin ravintoloissakin ja ravintoloissa on alettu kiinnittää tähän huomiota kalusteratkaisuilla, joilla tarjotaan paikkoja yksin syömään tuleville. Yksin ruokailuun on pitkään liitetty negatiivinen leima etenkin sen tapahtuessa julkisesti ravintolassa. Sen on ajateltu olevan surullista sekä vaivaannuttavaa (Pliner & Bell, 2009, s. 174–175, 177.) Yksin ruokailun hankaluutta on pyritty helpottamaan erilaisilla yhteispöytäratkaisuilla eri puolilla maailmaa, missä yksin ruokailevat ohjataan istumaan yhteiseen pöytään (Jonsson & Ekström, 2009, s. 239). Koponen ja Mustonen (2020, s. 15) esittävät, että yksin ruokailu tulee olemaan kasvava maailmanlaajuinen trendi ja että suomalainen ja pohjoismainen individualistinen kulttuuri on otollinen kasvualusta tällaiselle trendille. Yksin syömisellä voidaan hakea tilaa omille ajatuksille ja pientä irtiottoa arjen hektisyydestä, mutta toisaalta toisille se voi olla välttämätön ja epämieluisa todellisuus (Koponen ym., 2018, s. 64).

Sosiaalisten ruokailutilanteiden määrä on vahvasti kytköksissä ihmisen elämäntilanteeseen. Yksin asuvat vanhuksat ja opiskelijat, liikematroilla ovat henkilöt ja harrastuksista ruoka-ajan jälkeen kotiin saapuvat perheenjäsenet ovat esimerkkejä henkilöistä, joiden arkeen kuuluu yksin ruokailua. Siinä, mitä aterioita syödään yksin, on kuitenkin eroa. Aamiainen sekä välipala ovat yleisimmät yksin syötävät ateriat, kun taas päivällinen kaikista harvimmin yksin syötävä ateria. (Pliner & Bell, 2009, s. 170–171, 173.) Yksin ruokailuun liitettäviä hyviä puolia ovat Plinerin ja Bellin (2009, s. 176) mukaan seuraavat asiat: asioiden tekeminen omalla tavalla, oheistekeminen kuten lukeminen, sosiaalisen kanssakäymisen

välttämisen sekä vähemmän jälkitöitä. Television katsominen sekä muu teknologian käyttö ja sosiaalisen median selaaminen ruokailun yhteydessä on hyvin yleistä nykypäivänä (Jones, 2018, s. 249). Mäkelän (2002, s. 31) mukaan oheistoiminnalla, kuten lehden lukemisella tai television katselemisella pyritään korvaamaan seuran puuttumista.

Perheen yhteistä ateriaa voidaan pitää tärkeänä ja haluttuna syömisen ja yhdessäolon muotona, sillä sen suunnittelemiseen ja järjestämiseen on todella paljon vinkkejä ja materiaalia saatavilla. (Short, 2006, s. 4.) Yksi osoitus yhdessä nautitun aterian tärkeydestä on teknologian hyödyntäminen sen mahdollistamiseen. Virtuaalinen yhdessä syöminen on todellisuutta perheissä, joiden jäsenet asuvat maantieteellisesti kaukana toisistaan (Janhonen-Abruquah, 2010, s. 136). Ruokailuhetki jaetaan videoyhteyden välityksellä, mikä mahdollistaa suhteiden ylläpitämisen ja yhteenkuuluvuuden tunteen vahvistamisen. Tällainen etänä yhdessä ruokailu liittyy perinteet ja uudet käytännöt toisiinsa ja muodostaa vaihtoehdon monimuotoisille perheille. (Janhonen-Abruquah, 2010, s. 136–137, 141.) Teknologia mahdollistaa myös muita sosiaalisen ruokailun ulottuvuuksia. Esimerkiksi ruoka-aiheiset blogit, keskustelupalstat sekä sosiaalisen median tilit voivat mahdollistaa vuorovaikutuksen samoista asioista kiinnostuneille. (Koponen & Mustonen, 2020, s. 13; Masson, Bubendorff & Fraïssé, 2018, s. 111) On yhä yleisempää, että ravintoloissa syödystä ruoasta jaetaan kuva verkkoon, ja tällä tavalla laajennetaan ruokailun sosiaalista ulottuvuutta. (Masson ym., 2018, s. 111; Stelick & Dando, 2018, 26.)

Yhdessä syöminen määrittelee nuorten vapaa-ajan viettoa, selviää Iso-Britanniassa tehdystä tutkimuksesta (Knight, O’Connell & Brannen, 2018). Nuorten puheissa esiintyi koulunjälkeisen ajan viettäminen yhdessä ja pienten välipalojen ostaminen kaupasta tai kahvilasta. Jos nuorella ei ollut rahaa ja mahdollisuutta osallistua ruokailuun, ulkopuolisuuden tunne oli vahvasti läsnä. (Knight ym., 2018, s. 188, 192.) Myös ruoanvalmistus yhdessä on tullut etenkin nuoremmalla sukupolvella osaksi yhdessä vietettyä aikaa. Enää ei vain ruokailla yhdessä, vaan ruoanvalmistus on osa yhdessäoloa ja kaventaa osaltaan keittiössä perinteisesti

vallinneita sukupuolirooleja. (Mäkelä, 2009, s. 44.) Ihmiset kehittelevät uusia yhdessä syömisen tapoja myös täysin vieraiden henkilöiden kanssa, kuten pop up -ravintoloita (Koponen ym., 2018, s. 57).

5 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tutkielma paneutuu suomalaisten ruoanvalmistustyön ulkoistamiseen valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden avulla. Tutkielman tarkoituksena on kuvata aterioiden kotiinkuljetuspalvelujen käyttöä sekä selittää ruoanvalmistuksen ulkoistamiseen johtavia syitä. Tavoitteena on tutkia aterioiden kotiinkuljetuspalveluita käyttävien joukossa ilmeneviä syitä käyttää palveluita ja niiden yhteyksiä eri taustatekijöihin. Aikaisemmassa tutkimuksessa on havaittu, että ikä, koulutus, tulotaso sekä lasten määrä vaikuttaa ruoanvalmistukseen ja ravintoloissa ruokailuun. Tässä tutkielmassa halutaan selvittää, löydetäänkö samansuuntaisia yhteyksiä valmiita aterioita kotiin tilaavien joukossa. Tutkimuksen tavoitteet pyritään täyttämään seuraavien tutkimuskysymysten avulla:

1. Mistä syistä valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluita käytetään?
2. Millä tavoin eri syistä kotiinkuljetuspalveluita käyttävät eroavat toisistaan palveluiden käytön suhteen?

Tutkimuskysymyksillä pyritään kattamaan viitekehyksessä esitetyt relevantit seikat, joita ovat suhtautuminen ruoanvalmistustyyliin ja sille annetut merkitykset. Tutkimuskysymyksillä selvitetään myös, löydetäänkö viitekehyksessä esiin tulleita tekijöitä, jotka vaikuttavat ihmisten ruoanvalmistustyyliin tekemiseen ja vastapainoisesti haluun ulkoistaa ruoanvalmistustyyliä. Lisäksi ravintolaruokailun sekä ruokailutilanteen ja -ympäristön näkökulmat on pyritty huomioimaan tutkimuskysymyksissä.

6 Tutkimuksen toteutus

Esittelen tässä luvussa tutkielmassa käyttämäni metodologiset valinnat. Luku alkaa tutkimusmenetelmän esittelystä ja sen valinnan perusteluista. Sen jälkeen tuon esille kuinka aineisto kerättiin. Tämän jälkeen esittelen aineiston muuttujat sekä perustelen aineiston analysoinnissa käytettyjä menetelmiä.

6.1 Tutkimusmenetelmä

Kyseessä on empiirinen tutkimus, jonka yhteydessä kerättiin oma aineisto. Tutkimuksen empiiristä aineiston hankintaa ohjaa vahvasti tutkielman teoreettinen viitekehys (Soininen & Merisuo-Storm, 2009, s. 19). Tässä tutkielmassa teoreettinen viitekehys ohjasi kyselylomakkeen laatimista. Tutkimus toteutetaan kvantitatiivisilla tutkimusmenetelmillä. Tutkielmassa on selittävän tutkielman piirteitä, eli se pyrkii löytämään yhteyksiä muuttujien välillä (Heikkilä, 2014, s. 14; Soininen & Merisuo-Storm, 2009, s. 20); tässä tapauksessa esimerkiksi kotiinkuljetuspalveluiden käytön ja käytön syiden välillä. Tutkielman tarkoitus voidaan nähdä myös kuvailevana, sillä tutkielman tavoitteena on esittää aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttöön liittyviä piirteitä ja tilanteita (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2010, s. 139). Sekä selittävä että kuvaileva tarkoitus on ominaista kvantitatiiviselle tutkimukselle (Hirsjärvi ym., 2010, s. 138–139).

Aineisto kerättiin kvantitatiiviselle tutkimukselle tyypillisellä kyselylomakkeella. Se on useimmiten käytetty menetelmä survey-tutkimuksessa, jossa aineisto kerätään niin, että vastaajat muodostavat otoksen tai näytteen perusjoukosta (Hirsjärvi ym., 2010, s.193). Tämän tutkielman kyselylomakkeessa on kyse standardoidusta ja strukturoidusta kyselystä, jossa haluttuja tietoja kysytään kaikilta vastaajilta täysin samalla tavalla (Hirsjärvi ym., 2010, s. 193–194). Koska tutkielmani kohdejoukko oli laaja, oli kyselylomake hyvä menetelmä aineiston keruuseen. Kyselylomakkeella on mahdollista saada laaja aineisto suhteellisen vähällä ajankäytöllä ja työllä. (Hirsjärvi ym., 2010, s. 195). Toisaalta kyselylomakkeen onnistunut laadinta vaatii tutkijalta taitoa ja kärsivällisyyttä, ja laadittua lomaketta tulee testata ja korjata ilmenevät puutteet ennen sen varsinaista julkaisua (Heikkilä, 2014, s. 46; Hirsjärvi ym., 2010, s. 202, 204). Kun lomake on huolellisesti toteutettu, aineisto voidaan analysoida tietokoneen tilastoanalyysiohjelman avulla.

(Hirsjärvi ym., 2010, s. 195). Kyselylomakkeen heikkouksina voidaan pitää tulosten pinnallisuutta sekä sen mahdollisuutta, että vastaajat voivat ymmärtää kysytyt asiat sekä mahdolliset vastausvaihtoehdot eri tavalla kuin tutkija, jolloin analyysissä voi tapahtua virheitä (Hirsjärvi ym., 2010, s. 195). Kyselylomaketta oli perusteltua käyttää tässä tutkielmassa, sillä tutkielman aiheen tutkimus on vasta alkuvaiheessa. Tarkoituksena oli saada yleiskäsitys tutkittavasta aiheesta, eikä kerätä syvällistä ja tarkkaa tietoa yksilöistä (Heikkilä, 2014, s. 15).

6.2 Aineistonkeruu

Aineisto kerättiin käyttäen Helsingin yliopiston kyselylomakepohjaa (e-lomake), joka on internetissä täytettävä kyselylomake. Kyselylomakkeen (liite 3) ensimmäinen osio koostui monivalintakysymyksistä, jotka kuvaavat kotiinkuljetuspalveluiden käyttöä. Kysymyksiä oli muun muassa palveluiden käytön yleisyydestä, niiden käytön ajoittumisesta päivä- ja kellonaikatasolla sekä kotiinkuljetuspalveluiden käytöstä vapaa-, työ- ja juhlapäivinä. Osassa tämän osion kysymyksistä vastaajalla oli mahdollisuus valita vaihtoehto ”Muu, mikä?” ja kirjoittaa oma vastauksensa vastauskenttään. Tällä mahdollistettiin vastausvaihtoehto, jota tutkija ei ole tullut ajatelleeksi lomaketta tehdessään (Hirsjärvi ym., 2010, s. 199). Kyselyssä tarjotut vaihtoehdot eri aterioiden kotiinkuljetuspalveluista olivat Wolt, Foodora, ravintolan oma kuljetus sekä jokin muu. Suomessa isoimpina alan toimijoina ovat Foodora ja Wolt. Wolt on kotimainen, vuonna 2015 perustettu yhtiö, joka on laajentanut toimintaansa 23 maahan (Wolt, 2020). Foodora on kolmessa pohjoismaassa toimiva yhtiö, ja on Suomessa suosituin ruoantilauspalvelu (Foodora, 2020).

Kyselylomakkeen toinen, kolmas ja neljäs osio sisälsivät väittämiä, joita mitattiin Likertin 5-portaisella asteikolla (1=täysin eri mieltä, 2=hieman eri mieltä, 3=ei samaa eikä eri mieltä, 4=hieman samaa mieltä, 5=täysin samaa mieltä). Viimeisessä osiossa vastaajaa pyydettiin antamaan itsestään taustatietoja: asuinpaikkakunta, ikä, sukupuoli, korkein koulutus, vuositulot, kotitalouden koko sekä alle 18-vuotiaiden lukumäärä kotitaloudessa. Lisäksi kysyttiin kotitalouden ruoanvalmistuksen vastuuhenkilöä. Vuosituloja koskevassa kysymyksessä vastausvaihtoehdot annettiin mukaillen Tilastokeskuksen luokittelua (Tilastokeskus, 2020), jossa tuloluokat ilmoitetaan 10 000 euron välein alkaen 0–9 999 eurosta jatkuen

150 000– euroon. Kyselyssä vastausluokkia oli kahdeksan eli Tilastokeskuksen luokittelun tuloluokat 70 000–150 000 niputettiin yhdeksi luokaksi eli 70 000 euroa tai enemmän.

Kyselylomakkeen toinen osio keskittyi väittämiin, joilla pyrittiin selvittämään vastaajan syitä valmiin aterian tilaamiseen kotiinkuljetuspalvelulla. Syitä käyttää aterioiden kotiinkuljetuspalveluita tutkittiin siis erityisesti kyselylomakkeen väittämillä 7–15, mutta myös väittämillä 26–36. Lisäksi vastaajilla oli mahdollisuus kirjoittaa oma vastauksensa avoimeen kysymykseen. Toisessa osiossa esitettiin esimerkiksi väittämät ”Ravintolasta saa parempaa ruokaa kuin itse tehty”, ”Samassa seurassa ruokailevat voivat valita eri ravintoloista” ja ”En halua käyttää ruoanvalmistukseen aikaa”. Vastaajaa pyydettiin samalla miettimään syitä miksi hän tilaa aterioita kotiin kuljetettuna. Kolmannen osion väittämät kuvasivat vastaajan suhtautumista omaan ruoanvalmistukseensa, esimerkiksi ”Ruoanvalmistus on työlästä”, ”Ruoanvalmistus on minulle ilmaisukeino” ja ”Koen epävarmuutta ruoanvalmistuksessa”. Vastaajia pyydettiin miettimään omaa ruoanvalmistustaan kotikeittiössään vastatessaan tämän osion väittämiin. Neljännessä osiossa väittämät keskittyivät kotona syömiseen ja niillä pyrittiin selvittämään kodin merkitystä ruokailuympäristönä. Väittämiä olivat esimerkiksi ”Kotona voin olla oma itseni”, ”Haluan syödä yksin” ja ”Haluan katsoa televisiota/suoratoistopalvelua samalla kun syön”. Vastatessaan näihin väittämiin vastaajia pyydettiin pohtimaan, miksi he haluavat syödä kotona.

Kyselylomakkeessa esitettävät kysymykset ja väitteet on laadittu peilaten tutkijan teoreettista viitekehystä ja jokaisen väitteen sekä kysymyksen yhteys teoreettiseen viitekehykseen on esitetty liitteessä 2. Teoreettisessa viitekehyksessä kuvataan erilaisia ruoanvalmistukselle annettuja merkityksiä sekä tapoja suhtautua ruoanvalmistukseen (ks. luvut 2.3 ja 2.4). Nämä erilaiset tavat ja merkitykset muutettiin väite- tai kysymysmuotoisiksi kyselylomaketta varten. Kotiinkuljetuspalveluihin ja esimerkiksi niiden käytön säännöllisyyteen ja ajoitukseen liittyvät väittämät ja kysymykset muodostettiin samalla periaatteella. Niissä perustana oli ravintolaruokailuun keskittyvä teoriaosuus. Ravintolaruokailun kirjallisuutta käytettiin, sillä aterioiden kotiinkuljetuspalveluista ei ole vielä laajemmin tutkimusta tästä näkökulmasta. Kyselylomaketta testattiin ennen julkaisua neljällä henkilöllä

ja sitä muokattiin heiltä saadun palautteen mukaan. Tästä syystä osan liitteessä 2 olevien väittämien tai kysymysten muotoilu on erilainen kuin lopullisessa lomakkeessa. Valmis, julkaistu kyselylomake on työn liitteenä (liite 3).

Tutkimuksen kohderyhmänä oli valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluita käyttävät suomalaiset. Tarkempaa kohderyhmää ei haluttu rajata, sillä aihe on vasta vähän tutkittu ja tutkimuksella haluttiin luoda kokonaiskuvaa valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käytöstä. Aineisto hankittiin lumipallo-otannaksi kutsutulla menetelmällä, jossa kyselylomaketta jaettiin ensin tutkijan omaan lähipiiriin, joka jakoi sitä eteenpäin ja heidän lähipiirinsä taas eteenpäin. Tällä tavalla vastaajajoukosta on mahdollista saada kohtuullisen kattava ja monipuolinen (Soininen & Merisuo-Storm, 2009, s. 123). Tällaisessa otantamenetelmässä painottuu kuitenkin tutkijan sosiaalinen ympäristö ja saatua aineistoa voidaan tulkita vain näytteenä, eikä tuloksia voida yleistää.

Lomaketta jaettiin ensin tutkijan omassa sosiaalisessa mediassa – Facebookissa ja Instagramissa – sekä viestisovelluksessa tutkijan omille kontakteille. Kyselyyn pystyi vastaamaan 13.01.2021–27.01.2021 välisenä aikana. Tuon kahden viikon aikana julkaistiin kaksi muistutusta kyselyyn vastaamisesta tutkijan sosiaalisen median tileillä. Ennen ensimmäistä muistutusta vastauksia oli kertynyt 118 kappaletta ja ennen toista muistutusta 140 kappaletta. Lopullinen vastausten määrä oli 148 kappaletta. Kyselylomakkeen linkin yhteydessä oli saatetekstinä toimiva kuva (liite 1), josta pyrittiin tekemään visuaalisesti mahdollisimman kiinnostava ja vastaamiseen houkutteleva. Tarkempi kuvaus kyselystä ja sen tarkoituksesta esitettiin kyselylomakkeen alussa ennen varsinaisia kysymyksiä.

6.3 Aineiston kuvaus ja muuttujat

Kerätty aineisto koostui 148 vastauksesta. Ennen lopullista analyysiä aineistosta poistettiin kolmen henkilön vastaukset, sillä he olivat valinneet ”en mitään” -vaihtoehdon ensimmäisessä kysymyksessä, jossa kysyttiin mitä kotiinkuljetuspalvelua vastaaja on käyttänyt. He eivät siis kuuluneet tutkimuksen kohderyhmään. Vastauksia tämän alkuseulonnan jälkeen oli siis 145. Aineistossa kysyttiin asuin-

paikkakuntaa, ja kolmessa tapauksessa tutkija muokkasi vastauksen kirjoitus-asua muun muassa vaihtamalla isot kirjaimet pieniksi, jotta analysointiohjelma tunnisti vastaukset samaa paikkakuntaa tarkoittaviksi.

Taulukossa 1 on esitelty taustamuuttujat, joita käytettiin selittävinä muuttujina. Näitä olivat sukupuoli, ikä, koulutus, tulot, kotitalouden koko sekä alle 18-vuotiaiden lukumäärä kotitaloudessa. Vastaajista 76 % oli naisia ja 23 % miehiä. Kaksi vastaajaa ei halunnut kertoa sukupuoltaan. Analysoinnin helpottamiseksi sukupuolesta tehtiin uusi muuttuja, jossa nämä kaksi vastaajaa luokiteltiin puuttuvaksi. Tätä muuttujaa käytettiin, kun tarkasteltiin sukupuolen yhteyttä eri muuttujiin. Vastaajien ikä vaihteli 19 vuodesta 71 vuoteen, keskiarvon ollessa 28 vuotta. Ikämuuttujan moodi sekä mediaani on 25, eli jakauma on oikealle vino. Suuren ikäjakauman vuoksi ja yksiselitteisemmän tulokinnan mahdollistamiseksi vastaajat jaettiin neljään ikäluokkaan; 19–24-vuotiaat, 25–27-vuotiaat, 28–34-vuotiaat sekä 35-vuotiaat ja vanhemmat. Luokittelemalla jakauma saatiin vastaamaan normaali-jakaumaa.

Vastaajien korkein suoritettu koulutus vaihteli perusasteesta ylempään korkeakoulututkintoon. Taulukosta 1 nähdään, että vain perusasteen suorittaneita ei ollut aineistossa kuin muutama. Alempi korkeakoulututkinto oli yleisin ja toisen asteen tutkinto toiseksi yleisin suoritettu koulutus. Ylemmän korkeakoulututkinnon suorittaneita oli hiukan alle neljännes vastaajista.

Aineiston tulomuuttuja on melko tasaisesti jakautunut, eli tähän kyselyyn vastanneita kotiinkuljetuspalveluiden käyttäjiä löytyi kaikista tuloluokista. Suurin osa vastanneista ansaitsi alle 40 000 euroa vuodessa. Mediaani asettuu 20 000–29 999 tuloluokkaan. Moodi on kuitenkin arvoltaan 1, joka vastaa 0–9 999 euroa vuodessa. Jakauma on siis oikealle vino. Jatkoanalyysia varten ja ristiintaulukoinnin helpottamiseksi vastaukset jaettiin kolmeen tuloluokkaan, jotka on esitetty taulukossa 1. Luokittelunkin jälkeen jakauma pysyi oikealle vinona.

Yli puolet vastaajista asui kahden hengen taloudessa. Yhden hengen talouksissa asui melkein kolmasosa, ja loput vastaajista asuivat kolmen tai useamman hengen taloudessa. Kahdeksassa prosentissa kotitalouksista asui alle 18-vuotiaita.

Alle 18-vuotiaiden lukumäärä kotitalouksissa vaihteli yhdestä kolmeen. Kyselyyn vastanneet asuivat 17 eri paikkakunnalla (liite 4), jotka yhtä lukuun ottamatta ovat keskisuuria kuntia. Pääkaupunkiseudulla asui 70 % (n=102) vastaajista.

Taulukko 1. Selittävien taustamuuttujien kuvailevat tunnusluvut, keskiarvo (k.a) ja keskihajonta (s), N=145

Muuttuja	%	n	k.a	s
<i>Sukupuoli</i>				
Nainen	76	110		
Mies	23	33		
En halua kertoa	1	2		
<i>Ikä</i>			28,2	8,1
19–24	27	39		
25–27	41	59		
28–34	17	25		
35 +	15	22		
<i>Korkein suoritettu tutkinto</i>				
Perusaste	2	3		
Toinen aste	35	50		
Alempi korkeakoulu	46	67		
Ylempi korkeakoulu	17	25		
<i>Vuositulot</i>			20 000– 29 999	1,83
0–19 999	45	66		
20 000–39 999	32	46		
40 000 +	23	33		
<i>Kotitalouden koko</i>			1,97	0,84
1 henkilö	31	45		
2 henkilöä	59	85		
3 tai useampi henkilö	10	15		
<i>Alle 18-vuotiaiden lukumäärä</i>			0,14	0,54
Ei yhtään	92	134		
1	3	5		
2	2	3		
3 tai enemmän	2	3		

Selitettävinä muuttujina analyysissä on käytetty väittämiä 7–36, jotka mittasivat vastaajien suhtautumista ruoanvalmistustyyliin, kotiinkuljetuspalveluihin ja kotiin ruokailuympäristönä. Väittämät ja niiden keskiluvut on esitetty taulukossa 2.

Taulukko 2. Selitettävät muuttujat, 5-portainen Likertin asteikko (1=Täysin eri mieltä, 5=Täysin samaa mieltä), (N=145)

Väittämä	K.a	Md	Mo	s
7. Ravintolasta saa parempaa ruokaa kuin itse tehty	3.39	4	4	1.075
8. Voin valita monista eri ravintoloista	4.17	4	5	.985
9. Samassa seurassa ruokailevat voivat valita eri ravintoloista	2.38	2	1	1.179
10. Lähipiirissäni tilataan aterioita kotiinkuljetuksella	3.30	4	4	1.292
11. Haluan herkutella	4.39	5	5	.876
12. Haluan kokeilla jotain uutta	3.10	3	4	1.238
13. En halua käyttää ruoanvalmistukseen aikaa	4.24	5	5	1.126
14. Haluan päästä mahdollisimman pienellä vaivalla	4.41	5	5	.947
15. En halua, että ruoanvalmistuksesta tulee sotkua	2.72	3	2	1.268
16. Ruoanvalmistus on aikaa vievää	3.68	4	4	1.059
17. Ruoanvalmistus on työlästä	3.12	3	4	1.193
18. Ruoanvalmistus on minulle mieluista	3.90	4	5	1.171
19. Ruoanvalmistus on minulle harrastus	2.95	3	1	1.488
20. Ruoanvalmistus on minulle ilmaisukeino	2.50	2	1	1.444
21. Ruoanvalmistus on osa identiteettiäni	2.83	3	1	1.459
22. Ruoanvalmistus on tapani osoittaa huolenpitoa muita kohtaan	3.82	4	4	1.273
23. Koen epävarmuutta ruoanvalmistuksessa	2.39	2	1	1.356
24. Minua ei kannusteta ruoanvalmistukseen	1.85	1	1	1.114
25. En osaa valmistaa haluamaani ruokaa itse	1.97	2	1	1.163
26. En pidä itse tehdystä ruoasta	1.21	1	1	.542
27. Kotona on hyvä tunnelma	4.21	5	5	.973
28. Kotona voin olla oma itseni	4.38	5	5	1.074
29. Kotona voin ruokailla perheen kanssa	4.01	4	5	1.158
30. Kotona ei ole ylimääräisiä häiriötekijöitä niin kuin ravintolassa	3.86	4	5	1.234
31. Haluan välttää sosiaalisia kontakteja	3.39	4	4	1.371
32. Haluan syödä yksin	2.29	2	2	1.136
33. Haluan katsoa televisiota/suoratoistopalvelua samalla kun syön	3.70	4	4	1.242
34. Haluan selata sosiaalista mediaa samalla kun syön	2.64	3	1	1.352
35. Haluan lukea samalla kun syön	2.08	2	1	1.253
36. Kotona voin ruokailla etäyhteydellä muiden kanssa	1.87	1	1	1.082

6.4 Aineiston analyysi

Aineistoon tutustuttiin ensin tarkastelemalla vastauksia yleisellä tasolla, mikä auttaa tutkijaa aineiston tarkemman analyysin tekemisessä ja mahdollistaa puutteellisten tai muuten virheellisten vastausten hylkäämisen (Hirsjärvi, 2010, s. 221). Analyysi toteutettiin 145 vastauksesta. Analyysiä tehtiin Microsoftin Excel-tilastointilaskentaohjelmalla sekä IBM-SPSS 26-ohjelmalla, joka mahdollisti aineiston tilastollisen testaamisen. Tuloksia havainnollistetaan taulukoiden avulla. Tässä tutkielmassa käytetään seuraavia yleisesti hyväksyttyjä ja käytössä olevia merkitsevyysarvoja; $p < 0,05$ on tilastollisesti melkein merkitsevä, $p < 0,01$ on tilastollisesti merkitsevä, $p < 0,001$ on tilastollisesti erittäin merkitsevä (Nummenmaa, 2009, s. 149).

Muuttujia voidaan testata tilastotieteessä parametrisin tai epäparametrisin testin. Tässä tutkielmassa käytetään sekä parametrisiä että epäparametrisia testejä. Tilastollista analyysiä tehdessä parametriset testit vaativat muuttujan olevan normaalisti jakautunut ja mittauksen tapahtuneen vähintään välimatka-asteikolla (Nummenmaa, 2009, s. 153–154). Tutkielman kyselylomakkeessa väittäminä esitettyjen muuttujien (7–36) normaalijakaumaoletus testattiin Kolmogorov-Smirnovin testillä, jonka nollahypoteesi on, että muuttujat noudattavat normaalijakaumaa. Testin tuloksena kaikki muuttujat kumoavat nollahypoteesin ($p < 0,001$). Kyseinen testi saattaa kuitenkin ilmoittaa jakauman ei-normaalijakaumaksi hyvin herkästi, joten muuttujia tarkasteltiin visuaalisesti sekä laskettiin niiden vinous- ja huipukkuuskertoimet (Nummenmaa, 2009, s. 155). Tämän tarkastelun jälkeen voitiin todeta, että 26 muuttujaa 30:stä ei noudata normaalijakaumaa. Epäparametristen testien käyttöä tuki se, että muuttujat mitattiin Likertin 5-portaisella asteikolla, jota käytännön syistä usein tulkitaan järjestysasteikollisena mittarina (Nummenmaa, 2009, s. 44), joskin joissain tapauksissa myös välimatka-asteikollisena (Heikkilä, 2014, s. 81). Tässä tutkielmassa hyödynnettiin molempia tulkintoja. Aineiston analysoinnissa tarkasteltiin lisäksi muuttujien keskilukuja, kuten moodia, mediaania, keskiarvoa sekä keskihajontaa. Keskiarvo ei kuitenkaan ole järjestysasteikollisille muuttujille sopivin tunnusluku (Heikkilä, 2014, s. 81). Muuttujien 7–36 keskiluvut löytyvät taulukosta 2.

Aineistoa analysoitiin ja tulkittiin aluksi frekvenssien ja ristiintaulukoinnin avulla. Frekvenssit ovat yksi tärkeimpiä laatueroasteikollisten muuttujien kuvaajia (Nummenmaa, 2009, s. 60), sillä ne kertovat havaintojen lukumääriä. Ristiintaulukoinnilla voidaan selvittää muuttujien välisiä eroja, kun vähintään toinen muuttuja on kategorinen eli laatueroasteikollinen (Nummenmaa, 2009, s. 300). Ristiintaulukoinnissa muuttujien välisen eron tilastollinen merkitsevyys tarkistettiin χ^2 -riippumattomuustestillä, eli Khiin neliöllä (Nummenmaa, 2009, s. 305). Kruskal-Wallis -testiä käytetään tilastollisessa analyysissä varianssianalyysin sijaan, kun muuttujat ovat järjestysasteikollisia. Kruskal-Wallis -testiä käytetään, kun pyritään selvittämään, onko usealla eri luokalla yhdessä muuttujassa samanlaiset jakaumat (Nummenmaa, 2009, s. 266–67). Tässä tutkielmassa Kruskal-Wallis -testiä käytettiin, kun selvitettiin taustamuuttujien sisäisten luokkien eroja suhteessa väittämiin 7–36. Analysointiohjelma SPSS laskee Kruskal-Wallis -testin yhteydessä myös minkä luokkien välillä ero on tilastollisesti merkitsevä. Joillekin muuttujille suoritettiin lisäksi ristiintaulukointi, kun haluttiin tarkastella eroja yksityiskohtaisemmin.

Pelkkien epäparametristen testien ei koettu tuovan vastauksia tutkimuskysymyksiin, joten väittämiä 7–36 kohdeltiin välimatka-asteikollisena ja niille suoritettiin pääkomponenttianalyysi. Pääkomponenttianalyysin tarkoituksena on yksinkertaistaa aineistoa ja sen avulla pyritään löytämään muuttujajoukosta keskenään korreloimattomia muuttujajoukkoja. Pääkomponenttianalyysi sopi käytettäväksi tässä yhteydessä, sillä tutkijalla ei ollut selkeää olettamusta, kuinka aineistoa voisi luokitella erilaisiksi ryhmiksi. (Jokivuori & Hietala, 2007, s. 90, 93). Pääkomponenttien nimeämisessä pyritään niitä parhaiten kuvaavaan ilmaisuun, joka on tutkijan omasta tulkinnasta kiinni (Kananen, 2011, s. 115) Aineisto sopii pääkomponenttianalyysiin, jos Kaiserin testin arvo on yli 0.5 (Jokivuori & Hietala, 2007, 96). Tutkielmaa varten kerätty aineisto täyttää tämän vaatimuksen ($KMO=0,72$). Bartlettin sfäärisyystestin ehdot täyttyvät myös, sillä tulos on tilastollisesti merkitsevä ($p<0,000$). Rotaatiomenetelmäksi valittiin suorakulmainen rotaatio (Varimax), sillä komponentit haluttiin pitää keskenään korreloimattomia (Jokivuori & Hietala, 2007, s. 95). Komponenttilatauksen ala-arvoksi asetettiin 0,4.

Pääkomponenttianalyysillä syntyneitä komponentteja voidaan tarkastella niiden saaman ominaisarvon perusteella tai tarkastelu voidaan suorittaa Cattell Scree plot -kuvion avulla. Tässä tutkielmassa käytettiin jälkimmäistä. Siinä muodostuneesta kuviosta tarkastellaan janaa ja sen pisteitä, jotka esittävät komponentteja. Komponentteja valitaan siihen pisteeseen asti, missä jana oikenee jyrkästi. (Jokivuori & Hietala, 2007, s. 98–99.) Saatujen komponenttien analyysissä käytettiin yksisuuntaista varianssianalyysiä, jolla testataan ryhmien välisiä keskiarvoja. Varianssianalyysiä käytetään, kun halutaan selvittää, onko ryhmien välinen vaihtelu suurempaa kuin ryhmien sisäinen vaihtelu. Varianssianalyysin käyttö perustellaan keskeisellä raja-arvolauseella, sillä otoskoko on yli 30. (Heikkilä, 2014, s. 104, 210.)

7 Tutkimustulokset ja niiden tulkintaa

Tämä luku esittelee valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttöä ja käytön syitä. Luku alkaa kotiinkuljetuspalveluiden ja niiden käytön piirteiden kuvauksella. Tämän jälkeen tarkastellaan taustamuuttujien ja selitettävinä olevien väittämien yhteyksiä. Luvun lopussa on tulosten tulkintaa sekä tulosten yhteenveto.

7.1 Syyt kotiinkuljetuspalveluiden käytölle

Tässä tutkielmassa koko aineiston tasolla syiksi tilata aterioita kotiin kuljetettuna nousivat etenkin mahdollisimman pienellä vaivalla pääseminen, ajan säästäminen, herkuttelu sekä se, että kotona voi olla oma itsensä ja siellä on hyvä tunnelma. Näitä syitä koskevien väittämien mediaani sekä moodi oli 5 eli ”Täysin samaa mieltä”. Väittämien keskiarvot olivat vähintään 4,2 (taulukko 2).

Väittämiä 7–36 (jatkossa esim. v14) analysoitiin suhteessa selittäviin taustamuuttujiin. Näitä olivat sukupuoli, ikä, koulutus, tulot, kotitalouden koko sekä alle 18-vuotiaiden lukumäärä. Analyysillä etsittiin eroja taustamuuttujien sisäisten ryhmien välillä. Analysoinnissa käytettiin sukupuolen kohdalla ristiintaulukointia ja muiden muuttujien kohdalla Kruskal-Wallis testiä. Analyysin kaikki tulokset ovat nähtävissä liitteissä 9, 10 ja 11. Väittämät on selkeyden ja paremman luettavuuden takia jaettu liitteissä kolmeen osaan. Analyysin tulokset esitellään seuraavaksi taustamuuttuja kerrallaan.

Sukupuoli-muuttujan kohdalla eroja löytyi seitsemässä väittämässä. Naisille ruoanvalmistus on joko mieluista tai epämieluista, miehet taas suhtautuvat siihen neutraalisti (v18, $p=0,009$). Ruoanvalmistusta pidetään harrastuksena lähinnä naisten joukossa ja ero miehiin on tilastollisesti melkein merkitsevä (v19, $p=0,017$). Miehillä ruoanvalmistus ei ole samalla tavalla ilmaisukeino kuin naisille (v20, $p=0,002$). Miehet eivät myöskään pidä ruoanvalmistusta osana omaa identiteettiään eikä se ole heille keino osoittaa huolenpitoa samalla tavalla kuin naisille (v21 ja v22, $p=0,000$). Miehillä se, että he eivät osaa valmistaa haluamaansa ruokaa, on merkittävämpi syy tilata aterioita kotiin kuljetettuna kuin naisille. Ero on tilastollisesti melkein merkitsevä (v25, $p=0,027$). Naisille taas mahdollisimman

pienellä vaivalla pääseminen on tärkeämpi syy tilata aterioita kotiin, kuin miehille (v14, $p=0,007$).

Ikämuuttujan kohdalla eroja löytyi kahdessa väittämässä. Vanhimmalle ikäluokalle herkuttelu ei ole yhtä tärkeä syy tilata aterioita kotiin kuljetettuna kuin nuoremmille ikäluokille (v11, $p=0,014$). Samoin television tai suoratoistopalvelun katsominen ruokailun ohessa on vanhimmalle ikäluokalle vähemmän tärkeää kuin nuoremmille (v33, $p=0,000$).

Koulutus-muuttujassa eroja löydettiin neljän väittämän kohdalla. Toisen asteen koulutuksen suorittaneet eivät koe ruoanvalmistusta yhtä vahvasti osaksi identiteettiään, kuin korkeasti koulutetut (v21, $p=0,043$). Toisen asteen koulutuksen suorittaneet ovat myös epävarmempia ruoanvalmistuksessa, kuin korkeakoulututkinnon suorittaneet (v23, $p=0,001$). Korkeakoulututkinnon suorittaneille ajansäästö sekä sosiaalisten kontaktien välttäminen on merkittävämpi syy käyttää kotiinkuljetuspalveluita kuin vähemmän koulutetuille. Erot ovat tilastollisesti melkein merkitseviä (v13, $p=0,029$, v32, $p=0,023$).

Tulo-muuttujassa eroja havaittiin kahden väittämän kohdalla. Eniten ansaitsevien tuloluokkaan kuuluville herkuttelu ei ole yhtä tärkeä syy tilata aterioita kotiin kuljetettuna, kuin vähemmän ansaitseville. Ero tuloluokkien välillä on lähes tilastollisesti melkein merkitsevä (v11, $p=0,053$). Saman suuntainen tulos saatiin myös television tai suoratoistopalvelun katselussa ruokailun ohella. Enemmän ansaitseville tällainen oheistekeminen ruokailun aikana ei ole yhtä tärkeää kuin vähemmän ansaitseville. Ero on tilastollisesti melkein merkitsevä (v33, $p=0,039$).

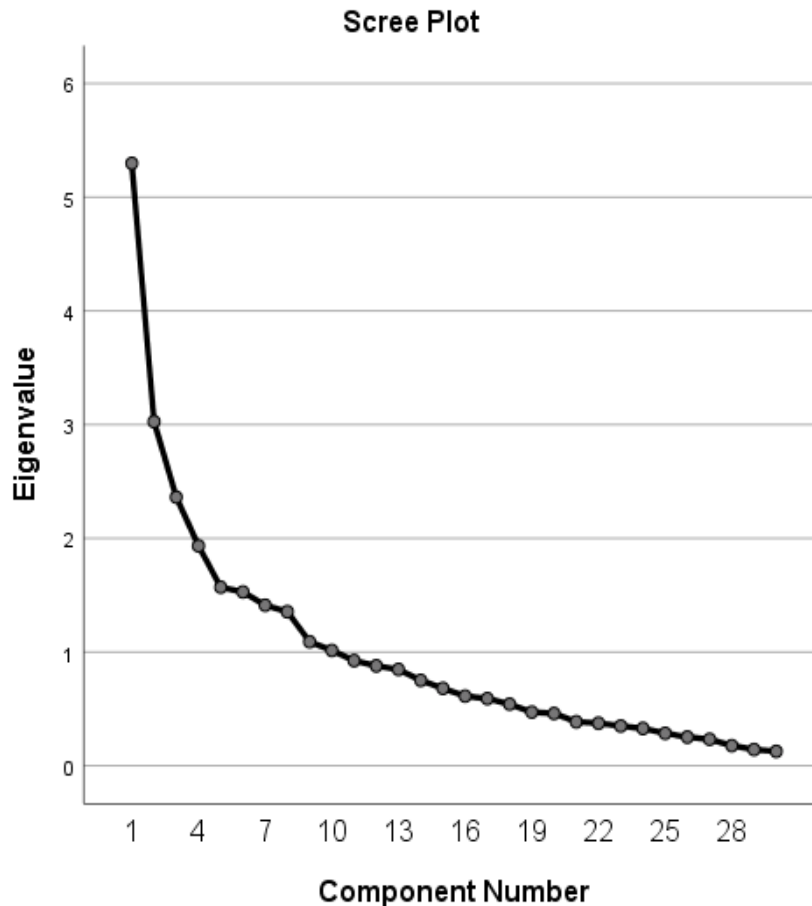
Kotitalouden koko -muuttujassa eroja havaittiin kahdessa väittämässä. Yhden hengen kotitalouksissa koettiin tilastollisesti melkein merkitsevästi enemmän epävarmuutta ruoanvalmistuksessa, kuin suuremmissa kotitalouksissa (v23, $p=0,049$). Yhden hengen talouksissa ruokailu perheen kanssa ei luonnollisesti ole syy tilata aterioita kotiin kuljetettuna, toisin kuin useamman hengen kotitalouksissa. Etenkin kolmen tai useamman hengen kotitalouksissa perheen kanssa ruokailu on syy käyttää ateriodien kotiinkuljetuspalveluita. Ero on tilastollisesti erittäin merkitsevä (v29, $p=0,000$).

Alle 18-vuotiaiden lukumäärä -muuttujan kohdalla löydettiin eroja kahdessa väit-
tämässä. Perheen kanssa ruokailu ei ole yhtä tärkeää kotitalouksissa, joissa ei
asu alle 18-vuotiaita kuin niissä, joissa alle 18-vuotiaita asuu vähintään yksi (v29,
 $p=0,022$). Alle 18-vuotiaiden lukumäärällä on vaikutusta myös oheistekemiseen
ruokailun aikana. Kotitalouksissa, joissa ei asu yhtään alle 18-vuotiasta katsotaan
enemmän televisiota tai suoratoistopalvelua ruokailun ohessa kuin kotitalouk-
sissa, joissa on alle 18-vuotiaita. Ero on tilastollisesti melkein merkitsevä
($p=0,040$).

Avoimia vastauksia kotiinkuljetuspalveluiden käytön syistä saatiin 13 kappaletta
(liite 5). Vastauksissa korostuivat kiire ja ajanpuute työpäivien lomassa. Väsymys
sekä se, että kotona ei ole tarvittavia aineksia ruoanvalmistukseen mainittiin use-
ampaan otteeseen. Vastauksissa tuli esille myös itsensä palkitseminen ja hem-
mottelu ja jotkin ruoat koettiin paremmiksi ammattilaisen valmistamana. Lisäksi
vastauksissa mainittiin ravintoloiden ja kuljetuspalveluiden toiminnan tukeminen.

7.2 Kotiinkuljetuspalveluita käyttävät ryhmät

Koska yksittäisten taustamuuttujien tarkastelulla ei koettu voitavan tarpeeksi hy-
vin erotella syitä käyttää kotiinkuljetuspalveluita, päätettiin aineistolle tehdä pää-
komponenttianalyysi. Pääkomponenttianalyysillä aineistosta muodostui aluksi 10
komponenttia, joiden ominaisarvo oli yli 1,0. Tarkempaan analyysiin valittiin Cat-
tel Scree -testin (kuvio 4) tarkastelun jälkeen neljä komponenttia. Neljään kom-
ponenttiin päädyttiin, sillä niillä on kuvion perusteella selkeästi suurempi itseis-
arvo kuin niitä seuraavilla komponenteilla.



Kuvio 2. Cattell Scree -testi

Ensimmäiselle komponentille latautui seuraavat kymmenen väittämää: "17. Ruoanvalmistus on työlästä", "18. Ruoanvalmistus on minulle mieluista", "19. Ruoanvalmistus on minulle harrastus", "20. Ruoanvalmistus on minulle ilmaisukeino", "21. Ruoanvalmistus on osa identiteettiäni", "22. Ruoanvalmistus on tapani osoittaa huolenpitoa muita kohtaan", "23. Koen epävarmuutta ruoanvalmistuksessa", "24. Minua ei kannusteta ruoanvalmistukseen", "25. En osaa valmistaa haluaamani ruokaa itse" ja "26. En pidä itse valmistetusta ruoasta". Komponentti nimettiin ruoanvalmistuksesta nauttiviksi. Ensimmäinen komponentti selitti muuttujien hajontaa 17,7 %.

Toiselle komponentille latautui seuraavat neljä väittämää: "27. Kotona on hyvä tunnelma", "28. Kotona voin olla oma itseni", "29. Kotona voin ruokailla perheen kanssa" ja "30. Kotona ei ole ylimääräisiä häiriötekijöitä". Tämän komponentti nimettiin kotona viihtyviksi. Komponentti selitti muuttujien hajonnasta 10,1 %.

Kolmannelle komponentille latautuivat seuraavat viisi väittämää: "13. En halua käyttää ruoanvalmistukseen aikaa", "14. Haluan päästä mahdollisimman pienellä vaivalla", "15. En halua, että ruoanvalmistuksesta tulee sotkua", "16. Ruoanvalmistus on aikaa vievää" ja "17. Ruoanvalmistus on työlästä". Komponentti nimettiin vaivattomuuden arvostajiksi. Kolmas komponentti selitti muuttujien hajonnasta 7,9 %.

Neljännelle komponentille latautuivat seuraavat kuusi väittämää: "9. Samassa seurassa ruokailevat voivat valita eri ravintoloista", "11. Haluan herkutella.", "12. Haluan kokeilla jotain uutta", "33. Haluan katsoa suoratoistopalvelua", "34. Haluan selata sosiaalista mediaa" ja "36. Kotona voin ruokailla etäyhteydellä muiden kanssa". Näille väittämille ei keksitty luontevaa yhteistä tekijää, joten komponentti jätettiin pois jatkotarkastelusta.

Yhteensä kolme ensimmäistä komponenttia selittivät muuttujien vaihtelusta siis 35,7 %. Tätä voidaan pitää välttävänä tuloksena. Pääkomponenttianalyysin tulokset kolmen jatkotarkasteluun otettavan komponentin osalta ovat taulukossa 3.

Taulukko 3. Pääkomponenttianalyysin tulokset rotaation jälkeen.

Väittämä	Komponentti			Kom-munali-teetti
	Ruoanvalmistuk-sesta nauttivat	Kotona viihtyvät	Vaivattomuuden arvostajat	
13. En halua käyttää ruoanvalmistukseen aikaa			,808	,674
14. Haluan päästä mahdollisimman pienellä vaivalla			,767	,631
15. En halua, että ruoanvalmistuksesta tulee sotkua			,524	,321
16. Ruoanvalmistus on aikaa vievää			,502	,387
17. Ruoanvalmistus on työlästä	-,491		,483	,480
18. Ruoanvalmistus on minulle mieluista	,774			,643
19. Ruoanvalmistus on minulle harrastus	,875			,802
20. Ruoanvalmistus on minulle ilmaisukeino	,841			,754
21. Ruoanvalmistus on osa identiteettiäni	,870			,790
22. Ruoanvalmistus on tapani osoittaa huolenpitoa muita kohtaan	,644			,580
23. Koen epävarmuutta ruoanvalmistuksessa	-,578			,369
24. Minua ei kannusteta ruoanvalmistukseen	-,548			,343
25. En osaa valmistaa halua maani ruokaa itse	-,611			,448
26. En pidä itse valmistetusta ruoasta	-,427			,310
27. Kotona on hyvä tunnelma		,774		,632
28. Kotona voin olla oma itseni		,733		,583
29. Kotona voin ruokailla perheen kanssa		,724		,531
30. Kotona ei ole ylimääräisiä häiriötekijöitä		,604		,498
Ominaisarvo	5,29	3,02	2,36	
Selitysosuus	17,7 %	10,1 %	7,9 %	

Ennen summamuuttujien muodostamista jokaisen komponentin muuttujajoukolle laskettiin Cronbachin alpha, jolla mitataan komponentin reliabiliteettia. Tätä varten väittämät 17 ja 23–26 käännettiin, jotta ruoanvalmistuksesta nauttivat -komponentille latautuvien muuttujien korkeat arvot tarkoittaisivat suurempaa ruoanvalmistuksesta nauttimista. Ruoanvalmistuksesta nauttivat -komponentin Cronbachin alpha sai arvon 0,86. Kotona viihtyvät -komponentilla Cronbachin alpha oli 0,75 ja vaivattomuuden arvostajat -komponentilla 0,68. Minkään komponentin reliabiliteetti ei olisi noussut merkittävästi, vaikka jokin väittämä olisi

poistettu. Yleisesti hyvänä luotettavuutena pidetään, kun Cronbachin alphan arvo on $>0,60$ (Jokivuori & Hietala, 2007, s. 104). Komponenteista muodostettiin keskiarvoestimoidut summamuuttujat jatkoanalyysiä varten. Summamuuttujat kuvaavat kolmea valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluita käyttävää ja ruoanvalmistukseen eri tavalla suhtautuvaa ryhmää. Summamuuttujia kohdellaan seuraavassa analyysissä selitettävinä muuttujina.

7.2.1 Ruoanvalmistuksesta nauttivat

Koko aineistossa ruoanvalmistuksesta nauttivat -summamuuttujan keskiarvo oli 3,55 ja keskihajonta 0,856. Jakauma on nähtävissä liitteessä 6. Ruoanvalmistuksesta nauttivat -summamuuttujaa tarkasteltiin varianssianalyysillä sukupuolen, iän, koulutuksen, tulojen, kotitalouden koon sekä taloudessa asuvien lasten määrän suhteen. Ainoastaan sukupuolen ja koulutuksen kohdalla löydettiin ryhmien sisäisiä merkitseviä eroja. Varianssianalyysin tulokset on esitetty taulukossa 4. Naiset nauttivat ruoanvalmistuksesta keskimäärin enemmän kuin miehet. Ruoanvalmistuksesta nauttivat enemmän myös korkeakoulutetut henkilöt, eritoten verrattuna toisen asteen koulutuksen suorittaneisiin. Huolimatta siitä, että tilastollista merkitsevyyttä ei ilmennyt, voidaan keskiarvojen perusteella todeta, että ikäluokka 28–34-vuotiaat vaikuttivat nauttivan ruoanvalmistuksesta muita ikäluokkia enemmän. Koulutus ja sukupuoli selittävät vaihtelusta eniten, mutta niiden selitysaste jää hyvin alhaiseksi.

Taulukko 4. Yksisuuntainen varianssianalyysi taustamuuttujille ja summamuuttujalle ruoanvalmistuksesta nauttivat. Taulukossa raportoitu luokan keskiarvo, F-arvo ja Eta².

Taustamuuttuja	Ruoanvalmistuksesta nauttivat, luokan k.a	F-arvo	Eta ²
Sukupuoli		8,379**	,056
nainen	3,66		
mies	3,20		
Ikä		1,293	,027
19–24	3,48		
25–27	3,48		
28–34	3,85		
35 +	3,48		
Koulutus		3,981**	,078
perusaste	3,67		
toinen aste	3,22		
alempi korkeakoulu	3,70		
ylempi korkeakoulu	3,78		
Tulot		,869	,012
0–19 999	3,59		
20 000–39 999	3,41		
40 000 +	3,65		
Kotitalouden koko		,105	,001
1 henkilö	3,50		
2 henkilöä	3,56		
3 henkilöä tai enemmän	3,61		
Alle 18-vuotiaiden lukumäärä		,644	,014
0	3,53		
1	3,90		
2	3,97		
3	3,27		
Merkitsevyystaso p<0,05*, p<0,01**, p<0,001***			

7.2.2 Kotona viihtyvät

Kotona viihtyvät -summamuuttujan keskiarvon oli 4,12 ja sen keskihajonta oli 0,837. Summamuuttujan jakauma on nähtävissä liitteessä 7. Summamuuttujaa tarkasteltiin samojen taustamuuttujien suhteen kuin ruoanvalmistuksesta nauttivat -summamuuttujaa. Kuten taulukosta 5 nähdään, ainoastaan kotitalouden koko osoittautui tilastollisesti merkitseväksi tekijäksi kotona viihtymiselle. Mitä useampi henkilö kotitalouteen kuuluu, sitä paremmin kotona viihdytään. Huolimatta siitä, että tilastollista merkitsevyyttä ei havaittu muiden muuttujien kohdalla, voidaan keskiarvojen perusteella esittää, että kotitalouksissa, joissa asuu alle 18-vuotiaita ollaan enemmän kotona. Samoin keskiarvojen tarkastelun perusteella

korkeampi koulutus viittasi parempaan kotona viihtymiseen. Kaikkien taustamuuttujien selitysasteet jäivät tässäkin summamuuttujassa hyvin alhaisiksi.

Taulukko 5. Yksisuuntainen varianssianalyysi taustamuuttujille ja summamuuttujalle kotona viihtyvät. Taulukossa raportoitu luokan keskiarvo, F-arvo ja Eta².

Taustamuuttuja	Kotona viihtyvät, luokan k.a	F-arvo	Eta ²
Sukupuoli		,030	,000
nainen	4,13		
mies	4,10		
Ikä		,856	,018
19–24	4,17		
25–27	4,18		
28–34	4,09		
35 +	3,86		
Koulutus		,678	,014
perusaste	3,67		
toinen aste	4,05		
alempi korkeakoulu	4,21		
ylempi korkeakoulu	4,06		
Tulot		,180	,003
0–19 999	4,14		
20 000–39 999	4,05		
40 000 +	4,12		
Kotitalouden koko		3,284*	,044
1 henkilö	3,89		
2 henkilöä	4,17		
3 henkilöä tai enemmän	4,48		
Alle 18-vuotiaiden lukumäärä		1,053	,022
0	4,08		
1	4,55		
2	4,58		
3	4,50		
Merkitsevyystaso p<0,05*, p<0,01**, p<0,001***			

7.2.3 Vaivattomuuden arvostajat

Vaivattomuuden arvostajat -summamuuttujan keskiarvon oli 3,63 ja keskihajonta 0,735. Summamuuttujan jakauma esitetään liitteessä 8. Vaivattomuuden arvostajat -summamuuttujaa tarkasteltiin samoin kuin kahta edellistä summamuuttujaa. Taulukosta 6 nähdään, että minkään taustamuuttujan kohdalla ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja. Tilastollisen merkitsevyyden puutteesta huolimatta keskiarvojen tarkastelussa nähdään selkeä ero koulutusmuuttujan kohdalla. Vain perusasteen suorittaneet eivät olleet keskimäärin yhtä paljon vaivattomuutta arvostavia, kuin korkeammin koulutetut. Samanlainen keskiarvojen tarkastelu paljastaa, että kahden hengen talouksissa arvostettiin vaivattomuutta

enemmän kuin muissa talouksissa, etenkin suhteessa kolmen tai useamman hengen talouksiin. Alimpaan tuloluokkaan kuuluvat arvostivat vaivattomuutta muita tuloluokkia enemmän keskiarvovertailujen perusteella. Taustamuuttujien selitysasteet eivät olleet korkeita myöskään tämän summamuuttujan kohdalla.

Taulukko 6. Yksisuuntainen varianssianalyysi taustamuuttujille ja summamuuttujalle vaivattomuuden arvostajat. Taulukossa raportoitu luokan keskiarvo, F-arvo ja Eta².

Taustamuuttuja	Vaivattomuuden arvostajat, luokan k.a	F-arvo	Eta ²
Sukupuoli		,246	,002
nainen	3,66		
mies	3,59		
Ikä		,766	,016
19–24	3,75		
25–27	3,59		
28–34	3,50		
35 +	3,70		
Koulutus		2,160	,044
perusaste	2,73		
toinen aste	3,57		
alempi korkeakoulu	3,66		
ylempi korkeakoulu	3,80		
Tulot		1,763	,024
0–19 999	3,74		
20 000–39 999	3,47		
40 000 +	3,65		
Kotitalouden koko		1,081	,015
1 henkilö	3,57		
2 henkilöä	3,70		
3 henkilöä tai enemmän	3,44		
Alle 18-vuotiaiden lukumäärä		,179	,004
0	3,65		
1	3,44		
2	3,47		
3	3,60		
Merkitsevyystaso p<0,05*, p<0,01**, p<0,001***			

7.3 Kotiinkuljetuspalveluiden käytön useus

Taulukosta 7 nähdään, että kaikkien vastaajien keskuudessa yleisintä oli tilata aterioita kotiinkuljetettuna 1-2 kertaa kuukaudessa. Harvemmin kuin kerran kuussa tilaaminen oli toiseksi yleisintä. Kerran viikossa valmiita aterioita tilasi viidesosa vastaajista. Kaksi kertaa viikossa tai useammin valmiita aterioita tilasi hyvin harva. Tarkat luvut liittyen kotiinkuljetuspalveluiden käyttöön esitetään taulukossa 7. Aterioita tilattiin melko tasaisesti sekä maanantain ja perjantain välillä 43 % (n=62), että viikonlopun aikana 57 % (n=83).

Yleisintä oli käyttää aterioden kotiinkuljetuspalvelua vapaapäivinä. Seuraavaksi yleisintä oli tilata aterioita kotiin kuljetettuna työpäivinä. Juhlapäivinä valmiiden aterioden tilaaminen oli harvinaista. Jokin muu -vaihtoehtoa tarkennettiin seuraavilla tilanteilla. Krapula mainittiin useamman kerran syynä kotiinkuljetuspalveluiden käytölle. Krapulan lisäksi väsymys sekä ajan puute kuvasivat tilanteita, joissa käytetään aterioden kotiinkuljetuspalvelua. Näitä tuloksia tulkittaessa tulee ottaa huomioon, että vastaaja pystyi valitsemaan vain yhden vastausvaihtoehdon sekä viikonpäivää koskevassa kysymyksessä että tilannetta kuvaavassa kysymyksessä. Jälkimmäisen kysymyksen ”jokin muu” -vaihtoehdon valinneista osa tarkoitti vastaustaan kertoen, että aterioden kotiinkuljetuspalveluita tulee käytettyä tasaisesti sekä työ- että vapaapäivinä kuten myös arkipäivinä ja viikonloppuna.

Selkeästi suosituin kellonaika käyttää kotiinkuljetuspalvelua oli alkuiltä, kello 16:00–19:00 väli, johon yli puolet (53 %, n=77) tutkimukseen vastanneista kertoi tilauksensa useimmiten ajoittuvan. Kello 19:00 jälkeen aterioita tilasi 26 % (n=38). Kello 10:00–13:00 ja 13:00–16:00 välille sijoittui lähes tasaisesti loput 21 % (n=30) vastauksista. Aamuisin aterioden kotiinkuljetuspalveluita ei käytetty.

Taulukko 7. Kotiinkuljetuspalveluiden ja ruoanvalmistusvastuun muuttajat, N=145

Muuttuja	%	n
<i>Useus</i>		
2 krt viikossa tai useammin	6	8
1 krt viikossa	19	27
1–2 krt kuukaudessa	47	68
Harvemmin kuin kerran kuussa	29	42
<i>Kellonaika</i>		
07:00–10:00	0	0
10:00–13:00	10	14
13:00–16:00	11	16
16:00–19:00	53	77
19:00–00:00	26	38
<i>Viikonpäivä</i>		
Maanantai-perjantai	43	63
Lauantai-sunnuntai	57	83
<i>Tilanne</i>		
Työpäivä	23	34
Vapaapäivä	62	90
Juhla	4	6
Jokin muu	10	15
<i>Seura</i>		
Yksin	28	40
Yhdessä jonkun kanssa	72	105
<i>Päävastuu ruoanvalmistuksesta</i>		
Minä	54	78
Asuinkumppani	8	12
Yhdessä	38	55
Joku muu, kuka	0	0

Useus-muuttuja luokiteltiin seuraavia analyysejä varten niin, että yhteen luokkaan yhdistettiin vaihtoehdot 1–2 kertaa kuukaudessa sekä harvemmin kuin kerran kuukaudessa ja toiseen luokkaan vaihtoehdot 1 kerran viikossa ja 2 kertaa viikossa tai useammin.

Kotiinkuljetuspalveluiden käytön useutta suhteessa selittäviin taustamuuttujiin tarkasteltiin ristiintaulukoinnin ja Khiin neliön avulla (taulukko 8). Miehet käyttivät kotiinkuljetuspalveluita enemmän kerran viikossa tai useammin kuin naiset, jotka käyttivät palveluita enemmän 1–2 kertaa kuukaudessa tai harvemmin. Ero sukupuolten välillä jää juuri tilastollisen merkitsevyyden rajan yläpuolelle. Ikäluokista 28–34-vuotiaat käyttävät palveluita eniten kerran viikossa tai useammin ja ero muihin ikäluokkiin on tilastollisesti melkein merkitsevä. Muiden taustamuuttujien

kohdalla ei löydetty tilastollisesti merkitseviä eroja palveluiden käytön useuden suhteen.

Taulukko 8. Merkitsevyystarkastelu taustamuuttujittain, Khiin neliö χ^2 (suluissa luokkien määrä), kotiinkuljetuspalveluiden käytön useus.

Muuttuja	Useus
Sukupuoli	$\chi^2(1)=3,751, p=,053$
Ikä	$\chi^2(3)=7,849, p=,049$
Koulutus	$\chi^2(3)=4,714, p=,194$
Tulot	$\chi^2(2)=3,693, p=,158$
Kotitalouden koko	$\chi^2(2)=2,642, p=,267$
Alle 18-vuotiaiden lukumäärä	$\chi^2(3)=0,329, p=,955$

Kotiinkuljetuspalveluiden käyttöä kuvaavia muuttujia tarkasteltiin suhteessa palveluiden käytön useuteen ristiintaulukoinnin ja Khiin neliön avulla (taulukko 9). Arkipäivinä palveluita käyttävät tilaavat aterioita useammin kuin viikonloppuisin palveluita käyttävät ja ero on tilastollisesti erittäin merkitsevä. Kello 10:00 ja 16:00 välillä palveluita käyttävät tilaavat aterioita useammin, kuin kello 16:00 jälkeen palveluita käyttävät ja ero on tilastollisesti melkein merkitsevä. Vapaa- ja juhlapäivinä palveluita käyttävät tilaavat aterioita harvemmin kuin työpäivinä palveluita käyttävät ja ero on tilastollisesti melkein merkitsevä. Ne, jotka ovat itse päävastuussa kotitalouden ruoanvalmistuksesta tilaavat aterioita harvemmin kuin ne, joiden asuinkumppani vastaa ruoanvalmistuksesta tai jotka ovat yhdessä vastuussa. Ero näiden välillä on tilastollisesti merkitsevä. Sen suhteen, syödäänkö tilattu ateria yksin vai yhdessä jonkun toisen seurassa ei havaittu eroa palveluiden käytön useudessa.

Taulukko 9. Merkitsevyystarkastelu kotiinkuljetuspalveluiden käytölle, Khiin neliö χ^2 (suluissa luokkien määrä), kotiinkuljetuspalveluiden käytön useus.

Muuttuja	Useus
Viikonpäivä	$\chi^2(1)=12,560, p=,000$
Kellonaika	$\chi^2(3)=11,307, p=,010$
Tilanne	$\chi^2(3)=10,815, p=,013$
Seura	$\chi^2(1)=0,341, p=,559$
Päävastuu ruoanvalmistuksesta	$\chi^2(2)=9,333, p=,009$

Palveluiden käytön useudelle ja summamuuttujille tehtiin yksisuuntainen varianssianalyysi, jossa selvitettiin, onko palveluiden käytön useudella vaihtelua eri ryhmien sisällä (taulukko 10). Kerran viikossa tai useammin palveluita käyttävät ovat paremmin kotona viihtyviä, kuin harvemmin palveluita käyttävät ja ero on tilastollisesti melkein merkitsevä. Kahden muun ryhmän sisällä ei havaittu tilastollisesti

merkitseviä eroja palveluiden käytön suhteen, mutta keskiarvoja tarkastelemalla voidaan todeta, että eroja esiintyy. Useammin palveluita käyttävät vaikuttavat arvostavan vaivattomuutta enemmän kuin harvemmin palveluita käyttävät. Useammin palveluita käyttävät vaikuttavat nauttivan ruoanvalmistuksesta vähemmän, kuin harvemmin palveluita käyttävät.

Taulukko 10. Yksisuuntainen varianssianalyysi kotiinkuljetuspalveluiden käytön useus ja summamuuttujat ruoanvalmistuksesta nauttivat, kotona viihtyvät ja vaivattomuuden arvostajat. Raportoituna ryhmän keskiarvo, F-arvo ja Eta².

	Ruoanvalmistuksesta nauttivat	Kotona viihtyvät	Vaivattomuuden arvostajat
Useus	F = 1,403 Eta ² =,010	F = 4,415* Eta ² =,030	F = 2,706 Eta ² =,019
1 krt viikossa tai useammin (k.a)	3,40	4,37	3,81
1–2 krt kuukaudessa tai harvemmin (k.a)	3,59	4,03	3,58
Merkitsevyystaso p<0,05*, p<0,01**, p<0,001***			

7.4 Tulosten yhteenveto

7.4.1 Syyt tilata valmiita aterioita kotiin kuljetettuna

Tutkielman tulosten perusteella voidaan sanoa, että tässä tutkimusjoukossa valmiiden aterioiden kotiin tilaamisella halutaan helpottaa ruoanvalmistustyöstä syntyvää työmäärää ja lyhentää siihen käytettyä aikaa. Tätä päätelmää tukee se, että väittämät ”16. Ruoanvalmistus on aikaa vievää” ja ”17. Ruoanvalmistus on työlästä” saivat hyvin paljon hieman samaa mieltä ja täysin samaa mieltä -vastauksia sekä vastaajilta saadut avoimet vastaukset. Kaikkien vastanneiden joukossa myös herkuttelu nousi esille tärkeänä syynä tilata aterioita kotiin kuljetettuna.

Koti ruokailuympäristönä nousi esille erityisesti kahdella eri tavalla. Ruoka haluttiin nauttia kotona, sillä kotona voi olla täysin oma itsensä. Lisäksi vastaajat kokivat, että kotona on hyvä tunnelma. Näissä tuloksissa toistuu Kurikan ja Riukulehdon (2015) esittämä ajatus, että positiivinen ruokailutilanne syntyy kodinomaisesta ympäristöstä ja että kodit ovat arjen ruokailuympäristöjä. Tutkimusjoukosta yli 70 % ilmoitti syövänsä kotiin tilatun aterian yhdessä jonkun toisen seurassa.

Tutkielman tuloksissa on nähtävissä tiettyjä eroja sukupuolten osalta kotiinkuljetuspalveluiden käytön syissä ja ruoanvalmistukseen suhtautumisessa. Tähän kyselyyn vastanneet naiset suhtautuivat ruoanvalmistukseen myönteisemmin kuin kyselyyn vastanneet miehet. Naisille ruoanvalmistus vaikuttaa tutkielman tulosten perusteella olevan tärkeä osa elämää ja ajanviettotapa sekä keino osoittaa huolenpitoa ja välittämistä toisia kohtaan. Näiltä osin tulokset mukailevat aikaisempaa tutkimusta aiheesta (ks. Szabo, 2014; Torkkeli, 2009). Tuloksista selvisi, että erityisesti naiset hakivat valmiiden aterioiden kotiin tilaamisella helpotusta ruoanvalmistuksen aiheuttamaan työmäärään. Vaikuttaa siltä, että etenkin naisille syy tilata valmis ateria kotiin kuljetettuna on juuri ruoanvalmistustyyöhön käytettävän työmäärän vähentäminen. Eli vaikka ruoanvalmistuksesta nautitaan ja se on jopa harrastus, halutaan joskus myös päästä helpommalla. Toisin kuin naiset, miehet eivät kokeneet ruoanvalmistuksen olevan osa identiteettiään. Miehillä ruoanvalmistustaitojen puute oli yleisempi syy tilata aterioita kotiin kuljetettuna.

Korkeakoulututkinto näyttäytyi tuloksissa erilaisena suhtautumisen aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttöön. Alemman tai ylemmän korkeakoulututkinnon suorittaneille ajan säästö sekä sosiaalisten kontaktien välttäminen olivat tärkeämpiä syitä käyttää kotiinkuljetuspalveluita kuin alemmin kouluttautuneille. Korkeakoulutetut kokivat keskimäärin vähemmän epävarmuutta ruoanvalmistuksessa kuin alemmin kouluttautuneet ja ruoanvalmistus oli heille useammin osa identiteettiä kuin matalammin koulutetuille. Tämä voisi selittyä myös sukupuolten välisenä erona, sillä naiset ovat usein korkeammin koulutettuja kuin miehet.

Vuositulojen ja iän kohdalla havaittiin yhteneväisyyksiä television tai suoratoistopalvelun katselussa ruokailun ohessa. Sekä vanhimmalle ikäluokalle että eniten ansaitseville television tai suoratoistopalvelun katsominen ruokailun ohella ei ollut tärkeä syy käyttää aterioiden kotiinkuljetuspalveluita. Samalla tavalla oheistekeemiseen suhtautuivat lisäksi ne, joiden kotitaloudessa asui alle 18-vuotiaita. On luonnollista, että nämä kolme sosiodemografista tekijää näyttäytyvät tuloksissa samoissa yhteyksissä. Vuositulot usein kasvavat suhteessa ikään, ja korkeampi ikä on yhteydessä lasten määrään. Etenkin tämän tutkielman aineistossa, joka ikäjakaumaltaan painottuu alle 30-vuotiaisiin, korkeamman iän ja lasten määrän voidaan tulkita olevan yhteydessä toisiinsa, vaikka yhteyttä ei tilastollisesti analysoitu.

Alle 18-vuotiaiden lukumäärä kotitaloudessa sekä kotitalouden koko vaikuttivat tulosten perusteella olevan vahvasti yhteydessä siihen, tilataanko aterioita kotiin kuljetettuna siksi, että voidaan syödä perheen kanssa. Odotetusti vain yhden hengen kotitalouksissa perheen kanssa ruokailu ei ollut syy tilata aterioita kotiin kuljetettuna. Tässä tutkielmassa ei tullut esille, että useamman hengen kotitalouksissa asuvat eivät kannustaisi toisiaan ruoanvalmistukseen (vrt. Bove & Sobal, 2015; Short, 2006).

Avoimissa vastauksissa syiksi käyttää valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluita kerrottiin kiire, väsymys sekä se, että kotona olevista aineksista ei voinut tehdä sitä ruokaa mitä juuri sillä hetkellä teki mieli. Myös ravintoloiden taloudellinen tukeminen mainittiin syyksi tilata aterioita kotiin kuljetettuna. Nämä ravinto-

laiden tukemiseen liittyvät vastaukset voidaan liittää tutkielman tekohetkellä valinneeseen koronapandemiaan ja sen vaikutuksiin ravintoloiden toiminnalle (ks. Cai ja Leung, 2020). Jatkoanalyysiä syihin liittyen tehtiin ryhmittelemällä syitä pääkomponenttianalyysillä (ks. luku 7.2).

7.4.2 Kotiinkuljetuspalveluiden käytön erot

Aineistosta voitiin erottaa kolme eri tavalla ruoanvalmistustyöhön ja sen ulkoistamiseen suhtautuvaa ryhmää. Nämä ryhmät nimettiin seuraavasti: ruoanvalmistuksesta nauttivat, kotona viihtyvät ja vaivattomuuden arvostajat. Vahvimmin kyselyyn vastaajat kokivat olevansa samaa mieltä kotona viihtymistä kuvaavien väittämien kanssa (k.a 4,12). Ruoanvalmistuksesta nauttimista kuvaavien väittämien (k.a 3,55) ja vaivattomuuden arvostamista kuvaavien väittämien (k.a 3,63) välillä ei ollut kovin suurta eroa. Sosiodemografiset tekijät olivat näihin ryhmiin yhteydessä seuraavin tavoin.

Ruoanvalmistuksesta nauttivat -ryhmässä erottuivat merkitsevästi 28–34-vuotiaat, naiset ja korkeasti koulutetut. Ruoanvalmistuksesta paljon nauttivat vaikuttivat käyttävän aterioiden kotiinkuljetuspalveluita harvemmin kuin ne, jotka nauttivat ruoanvalmistuksesta vähemmän. Kotona viihtyvät -ryhmässä erottuivat merkitsevästi useamman hengen kotitaloudet ja kotitaloudet, joissa asui lapsia sekä korkeasti koulutetut. Näistä tekijöistä huolimatta ikä ei ollut saman suuntaisessa yhteydessä kotona viihtymiseen, vaikka yleisesti voidaan olettaa korkeamman iän tarkoittavan myös korkeampaa koulutusta. Paremmin kotona viihtyvät käyttivät kotiinkuljetuspalveluita enemmän kuin vähemmän kotona viihtyvät. Vaivattomuuden arvostajat -ryhmässä peruskoulun suorittaneet, keskimmäiseen tulo- luokkaan kuuluvat sekä 3 tai useamman hengen kotitaloudet erottuivat olemalla vähemmän samaa mieltä ryhmää kuvaavien väittämien kanssa. Useamman hengen kotitalouksissa vastuuta ruoanvalmistuksesta luultavasti jaetaan enemmän, vaikka yhteyttä ei tässä tutkielmassa selvitettykään. Kotiinkuljetuspalveluita käyttivät useammin ne, jotka arvostivat vaivattomuutta enemmän.

Kaikkien tutkielman kyselyyn vastanneiden joukossa valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttäjinä korostuivat etenkin keskisuurissa kunnissa asuvat, alle 30-vuotiaat vähintään toisen asteen koulutuksen suorittaneet henkilöt. Tässä

tutkielmassa naisvastaajia oli valtaosa, mutta siitä ei voida päätellä, että naiset käyttäisivät kotiinkuljetuspalveluita enemmän kuin miehet. Kotiinkuljetuspalveluita tarjoavia yrityksiä käytettiin rinnakkain myös ravintoloiden oman kuljetuksen kanssa. Kyselyyn vastanneet jakautuivat laajasti eri tuloluokkiin, mutta suurin osa kuului pieni- tai keskituloisiin. Tutkimukseen vastanneista suurin osa asui yhden tai kahden hengen kotitaloudessa ilman lapsia. Aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttö koko tutkimusjoukon sisällä ei ollut säännöllistä ja usein toistuvaa, vaan ennemminkin satunnaista muutaman kerran kuukaudessa tapahtuvaa toimintaa. Kerran viikossa tai useammin aterioita tilaavat käyttivät palveluita useimmiten maanantain ja perjantain välillä ja työpäivinä, kun taas 1–2 kertaa kuukaudessa tai harvemmin palveluita käyttävät tilasivat aterioita pääasiassa viikonloppuisin ja vapaapäivinä.

Miehet ja 28–34-vuotiaat käyttivät kotiinkuljetuspalveluita useammin kuin naiset ja muut ikäluokat. Sukupuolten välistä eroa voi selittää se, että naiset suhtautuivat ruoanvalmistukseen positiivisemmin kuin miehet ja olivat korostuneena ruoanvalmistuksesta nauttivat -ryhmässä, toisin kuin miehet. On kuitenkin muistettava, että aineiston sukupuolimuuttuja oli vahvasti vino. Ne, jotka ovat itse päävastuussa kotitalouden ruoanvalmistuksesta tilaavat aterioita harvemmin kuin ne, joiden kotitaloudessa ruoanvalmistuksesta vastaa asuinkumppani tai jotka ovat vastuussa yhdessä. Koulutuksen, tulojen, kotitalouden koon, lasten määrän tai sen suhteen, syödäänkö tilattu ateria yksin vai yhdessä jonkun toisen seurassa, ei havaittu eroja palveluiden käytön useudessa.

Valmiita aterioita tilattiin etenkin illalla kello neljän jälkeen, joka usein mielletään perinteiseksi päivällisajaksi. Arkipäivinä tilaukset sijoittuivat lisäksi lounasaikaan. Aamuisin palveluita ei käytetty lainkaan. Tilausten yleisimmät kellonajat viittaavat siihen, että pienellä vaivalla pääseminen ja ajan säästö ovat hyvin tärkeitä syitä palveluiden käyttöön, sillä aamupala on työmäärältään usein pienehkö sekä nopea valmistaa, toisin kuin lounas tai etenkin päivällinen.

8 Luotettavuus

Tutkimusta tehdessä on aina syytä pohtia tutkimuksen luotettavuutta ja eettisyyttä. Tutkimuksen luotettavuutta kuvataan validiteetilla ja reliabiliteetilla (Vehkalahti, 2019, s. 40). Validiteetilla tarkoitetaan sitä, kuinka hyvin tutkimus mittaa sitä mitä haluttiinkin, eli kuinka todennäköisesti käytetyillä mittareilla ja muuttujilla saadaan vastaukset tutkimuskysymyksiin. Validiteettiin kuuluu muun muassa mittareissa käytetyt sanamuodot ja -valinnat. Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittarin luotettavuutta ja sitä arvioidaan mittausvirheen määrällä (Vehkalahti, 2019, s. 41; Nummenmaa, 2009, s. 346). Vehkalahten (2019, s. 41) mukaan validiteettia on tärkeämpi arvioida kuin reliabiliteettia, sillä vaikka mittarit olisivat hyvin reliabeleita, ei niistä ole hyötyä, jos ne eivät mittaa oikeaa asiaa.

Tämän tutkielman validiutta tukevat useat seikat. Kuten luvussa 6.2 kerrotaan, on kyselylomakkeen muodostamisessa nojattu täysin aihepiirin aikaisempaan teoreettiseen kirjallisuuteen (liite 2), eikä mitään kyselylomakkeen väitettä ole keksitty niin sanotusti tyhjästä. Tämä takaa sen, että sisältövaliditeetti on kunnossa (Kananen, 2011, s. 122). Kyselylomakkeelle suoritettiin myös esitestaus, jonka palautteen perusteella joitain väittämiä muutettiin paremmin ymmärrettävään muotoon. Validiteettia pyrittiin parantamaan myös tarjoamalla vastaajille mahdollisuus tarkentaa omia vastauksiaan vapaasti kirjoittamalla. Tätä varten tehtiin usean eri kysymyksen sekä eri osioiden loppuksi ”Jokin muu” -vastauskenttä. Tutkielman tuloksissa löydettiin yhtäläisyyksiä aikaisempaan tutkimukseen, mikä tukee validiteettia.

Kuten Vehkalahti (2019, s. 17) toteaa, ei kyselylomakkeen suunnitteluvaiheessa tehtyjä virheitä voida ehkäistä enää analyysivaiheessa. Tämän tutkielman kyselylomakkeessa oli muutama kysymys ja väite, jotka nyt muotoilisivat eri tavalla. Kysymyksen ”Mihin viikonpäivään tilauksesi useimmiten ajoittuu?” muuttaisin monivalintakysymykseksi, jossa olisi jokainen viikonpäivä omana vaihtoehtonaan ja vastaaja voisi valita useamman eri vaihtoehdon. Nyt osa vastaajista oli tarkentanut eri kysymyksen ”jokin muu” -vaihtoehdossa, että käyttävät kotiinkuljetuspalveluita tasaisesti arkipäivinä ja viikonloppuna. Saman muutoksen samasta syystä

tekisin myös kysymyksen ”Mikä vastaa parhaiten tilannetta, jossa tilaat valmiin aterian kotiin kuljetettuna?” kohdalla.

Tutkielman kyselylomakkeen reliabiliteettia ei voida täysin taata. Kyselylomakkeessa ei käytetty mitään aiemmin luotua mittaria, vaan se laadittiin juuri tätä tutkielmaa varten. Reliabiliteettia olisi voitu kasvattaa tekemällä kaksi eri mittauskertaa ja vertailla näiden tuloksia keskenään (Kananen, 2011, s. 118; Nummenmaa, 2009, s. 349), mutta tutkielman luonteesta johtuen ei tällaista menettelyä koettu tarpeellisenä (Kananen, 2011, s. 123). Aineistosta havaittuja pääkomponentteja ja niistä tehtyjä summamuuttujia voidaan pitää luotettavina, sillä jokaisen summamuuttujan Cronbachin α oli yli 0,65. Vehkalahti (2019, s. 120) kritisoi Cronbachin α käyttämistä ainoana reliabiliteettia mittaavana menetelmänä. Tässä tutkielmassa se valittiin, sillä se oli tutkijalle tutuin ja koulutuksen aikana yleisesti hyväksytty ja opetettu menetelmä. Testin tulosten tarkastelu myös todisti mittarin olevan reliaabeli ilman, että siitä jouduttiin poistamaan yhtään muuttujaa. Tällöin osion validiteetti säilyy ennallaan, eikä se huonone muuttujien poistamisen takia (Vehkalahti, 2019, s. 120).

Tutkielman tekemiseen liittyy aina eettisiä kysymyksiä ja valintoja. Tämän tutkielman yksi suurimmista eettisistä valinnoista liittyi siihen, että tutkielma päätettiin tehdä täysin itsenäisesti, ilman yhteistyötä minkään valmiiden aterioiden kotinkuljetuspalveluita tarjoavan yrityksen kanssa. Tähän toteutustapaan päädyttiin siksi, että yhteistyön ajateltiin rajaavan liiaksi tutkijan omaa vapautta sekä tutkielman tutkimuskysymysten muotoutumista. Tutkielman alkuvaiheessa koin tutkijana itse, että tarpeeksi luotettavan ja laadukkaan kyselylomakkeen tekeminen ei ollut itsestään selvää. Tämä oli myös osasy sille, että tutkielmaa ei tehty minkään yrityksen kanssa yhteistyössä. Kun tutkielma tehtiin itsenäisenä työnä, ei aineistoa rajattu vain tietyn yrityksen asiakkaisiin. Näin ollen saatiin tietyllä tapaa laajempi kuva aiheesta, vaikka otoskoko varmasti jäi pienemmäksi kuin se olisi jäänyt yritysytteistyössä.

Vastaajien anonymiteetin säilyttäminen on tutkimuksissa hyvin tärkeää. Tässä tutkielmassa vastaajilta kysyttiin melko laajasti taustatietoja, joiden käsittelyssä tulee noudattaa erityistä huolellisuutta. Vastaajille kerrottiin, että tutkimukseen

osallistuminen on täysin anonyymiä. Tutkijalla ei missään tutkimuksen vaiheessa ollut mahdollisuutta tunnistaa vastaajien henkilöllisyyksiä. Kyselyn saatetekstissä oli myös tätä tutkielmaa varten luotu sähköpostiosoite, jonka kautta tutkimuksesta ja tietojen käytöstä sai halutessaan kysyä lisää. Tutkielmaa varten kerätty aineisto poistetaan, kun tutkielma on hyväksytysti suoritettu.

Tämän tutkielman yleistä luotettavuutta parantaa tulosten ja menetelmien läpinäkyvä analysointi ja kuvaaminen. Analysoinnissa on käytetty aineistolle sopivia menetelmiä ja menetelmien valinta on perusteltu. Tuloksia ei voida yleistää koskemaan mitään perusjoukkoa, sillä otoskoko oli pieni ja vinoutunut otantamenetelmästä johtuen. Aineiston otantamenetelmän takia tiedossa ei ole, kuinka suuren joukon kyselylomake tavoitti. Näin ollen vastausprosenttia ei voida laskea eikä katoanalyysiä voida tehdä. Vastausmäärää voidaan kuitenkin yleisesti ottaen pitää hyvänä tämän tapaiselle opinnäytetyölle. Tutkielman luotettavuutta olisi voitu parantaa valitsemalla pieni perusjoukko, esimerkiksi kotitalousopettajaopiskelijat.

Tutkielman tuloksia tulkittaessa tulee aineiston vinouden lisäksi ottaa huomioon tutkielman tekohetkellä vaikuttanut koronapandemia. Maailmalla vuonna 2020 levinnyt koronavirus, sen aiheuttama pandemia ja epidemia sekä siitä johtuneet kansalliset rajoitukset vaikuttivat suomalaisten kulutukseen. Ruoan kotiinkuljetuspalveluiden käyttö lisääntyi. Kuluttajat joutuivat rajoittamaan kulutusta aloilla, joissa lähikontakti eli asiakaspalvelu on keskeisessä roolissa. (Anttinen, Hakola-Uusitalo, Heinonen, Järvelä, Maliranta, Saastamoinen & Sipiläinen, 2020, s. 11.) Perinteisessä ravintolatoiminnassa vuorovaikutus ja lähikontaktit ovat välttämättömiä, mutta koronaepidemian aikana ravintolat kehittivät Suomessa vaihtoehtoisia toimintatapoja, jolloin aterioiden kotiinkuljetuksen ja noutoruoan kulutus kasvoi. Toisaalta ravintola-alaan käytetty kokonaiskulutus laski epidemian pahimman vaiheen aikana. (Anttinen ym., s. 15, 21.) On pohdittava, kuinka tällainen poikkeustilanne on vaikuttanut vastaajien kulutuskäyttäytymiseen ja voidaanko tuloksia pitää vain vuosia 2020–2021 kuvaavana vai yleisempänä kuvauksena tutkittavien toiminnasta.

9 Pohdintaa

Vaikka tämän tutkielman aineistoa ei voida pitää yleistettävänä ja sitä on tulkittava näytteenä otantamenetelmästä johtuen, voidaan todeta, että tutkielmaan vastanneet – eli valmiiden aterioiden kotiinkuljetuspalveluita käyttävät – ovat hyvin samankaltaisia sosiodemografisilta ominaisuuksiltaan (ikä, koulutus, kotitalouden koko ja lasten määrä) kuin aikaisempien tutkimusten perusteella ravintoiloissa ruokailevat (Purhonen ym., 2014). On huomattava, että vaikka tutkielmaan vastanneista yli 70 % oli naisia, tutkielmaan vastanneet miehet käyttivät palveluita useammin. Tämä sekä tutkielman kyselyyn vastanneiden nuori ikä ja korkea koulutus vastaavat Keeblen ym. (2020) tuloksia, jossa nämä tekijät ennustivat aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttämistä. Ainoastaan kotitaloudessa asuvien lasten määrä ei näkynyt tässä tutkielmassa samanlaisessa suhteessa kotiinkuljetuspalveluiden käyttöön, kuin Keeblen ym. (2020) tutkimuksessa.

Ajansäästö ja työn vaivan minimointi nousivat tässä tutkielmassa aiempien tutkimusten (ks. esim. Chandrasekhar ym., 2019; Chua ym., 2020; Gupta & Nanda, 2019) tapaan merkittäviksi syiksi ruoanvalmistustyön ulkoistamiselle, vaikka on myös todettu, että ruoanvalmistuksen ulkoistamisella ei saada yhtä suurta ajallista hyötyä, kuin joidenkin muiden kotitöiden ulkoistamisella (Graig & Baxter, 2016). Lisäksi herkuttelu, kiire, väsymys sekä se, että kotona ei ollut aineksia siihen ruokaan mitä juuri sillä hetkellä teki mieli, olivat syitä tilata aterioita kotiin kuljetettuna. Näissä tuloksissa voidaan nähdä yhtymäkohtia Gundenin ym. (2020a) väitteeseen siitä, että kotiinkuljetuspalveluita käytetään sekä utilitaristisista tarpeeseen perustuvista syistä että hedonistisista nautiskeluun perustuvista syistä. Aineistossa vaivan minimointi nousi etenkin naisten kohdalla tärkeäksi syyksi aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käytölle, mutta he myös suhtautuivat ruoanvalmistukseen myönteisemmin ja pitivät sitä jopa harrastuksena. Tästä on pääteltävissä, että vaikka ruoanvalmistuksesta nautitaan, on tilanteita, joissa halutaan päästä mahdollisimman helpolla. Aikaisemman kirjallisuuden perusteella tällaisia tilanteita on etenkin arkipäivinä (Short, 2006; Szabo, 2013). Vaikka koko aineiston tasolla palveluita käytettiin eniten viikonloppuisin, aterioita arkisin kotiin tilaavat käyttivät palveluita useammin. Tällainen jakautuminen voisi johtua siitä,

että arkisin ja työpäivinä aterioita tilaaville palveluiden käyttö on työmäärän helpottamista, mikä kertoo vaivan minimoinnin tärkeydestä etenkin arkipäivien tilauksissa. Edellä kuvattu palveluiden käyttö voidaan nähdä utilitaristisena.

Vapaapäivien ja ilta-ajan korostuminen tilausten ajankohdassa voisi viitata hedonistisiin syihin eli viikonloppuisin ja vapaapäivinä aterioita tilaaville palveluiden käyttö on enemmän hemmottelua sekä erityistä herkuttelua. On myös aiheellista miettiä, onko tämä ristiriidassa Shortin (2006, s. 31–33) esittämän väitteen kanssa, jonka mukaan iltojen ja viikonloppujen ruoanvalmistusta arvostetaan enemmän. Shortin väitteen perusteella voisi olettaa, että ruoanvalmistus ulkoistettaisiin useammin arkena ja lounasaikaan. Toisaalta yhdistävä tekijä iltojen ja viikonloppujen ruoanvalmistuksen arvostuksessa ja tilausten sinne ajoittumisessa voi olla hyvän ruoan arvostaminen, oli se sitten itse tai ravintolassa tehtyä. Tämän tutkielman tulosten perusteella kotiinkuljetuspalveluita käytetään siis sekä todelliseen tarpeeseen että itsensä hemmotteluun ja palkitsemiseen. Samoja perusteluja esiintyi Kespron (2019) selvityksessä, jossa ravintolassa ruokailun syyksi ilmoitettiin, että ei itse viitsitä laittaa ruokaa ja että ravintolassa ruokaillaan, kun halutaan arkeen piristystä.

Plinerin ja Bellin (2009) mukaan aamiainen sekä välipala ovat päivän aterioista ne, jotka syödään useimmiten yksin. Kotiinkuljetuspalveluiden käyttö taas liittyy useimmiten sosiaalisiin tilanteisiin, joissa voi myös tapahtua painostusta tilauksen tekemiseen (Gunden ym., 2020a; Roh & Park, 2019). Näiden väitteiden suhteen tämän tutkielman tulokset olivat saman suuntaisia, sillä suurin osa kotiin tilatuista aterioista syötiin yhdessä jonkun toisen seurassa. Oheistekeminen, kuten television tai suoratoistopalvelun katsominen ruokailun aikana, oli yleistä vain nuorten ja lapsettomien joukossa, mikä voisi viitata Mäkelän (2002) ajatukseen siitä, että fyysisen seuran puutetta korvataan television tai suoratoistopalvelun katsomisella. (ks. Mäkelä, 2002).

Aterioiden kotiin tilaaminen luo uuden ulottuvuuden kotitalouksien ruoanvalmistustyön monimuotoiseen olemukseen. Vaikka itse palvelun ja puhelimesta olevan sovelluksen käyttö olisi yksinkertaista, vaatii palveluiden käyttö ymmärrystä esimerkiksi erilaisten ruoka-annosten ominaisuuksista ja siitä, kuinka ne kestävät

kuljetusta (Gunden ym., 2020b). Kotiinkuljetuspalveluiden käyttö vaatii ennakkointikykyä ja joustavuutta ajallisesti, sillä toimitusajat voivat vaihdella suuresti riippuen tilauksen ajankohdasta ja ravintolan suosiosta. Tämän lisäksi inhimilliset virheet toimituksissa ovat mahdollisia. Kuluttajan tulisi myös huolehtia yksittäisistä aterioista syntyvän jätteen oikeaoppisesta kierrätyksestä. Voidaan pohtia, onko tällainen aterioiden yksittäispakkaaminen kertakäyttörasioihin ekologisesti kestävä. On myös mahdollista, että ruoanvalmistustyyliin liittyvästä suunnittelutyöstä tulee kotiinkuljetuspalveluita usein ja säännöllisesti käyttävien kohdalla hajanaisempaa sen sijaan, että yhdellä kerralla suunniteltaisiin koko viikon ruokalista.

Tutkimuskirjallisuudessa on esitetty oletus siitä, että kotitöitä ulkoistetaan vähemmän, jos niiden tekemisestä itse nautitaan (Van der Lippe ym., 2013). Tämän tutkielman tulosten voidaan nähdä noudattavan osittain tätä oletusta, sillä naiset suhtautuivat ruoanvalmistukseen myönteisemmin kuin miehet ja käyttivät aterioiden kotiinkuljetuspalveluita harvemmin. On kuitenkin huomioitava, että aineisto oli hyvin vino sukupuolten osalta. Ruoanvalmistustyön ulkoistamisen tutkimuksessa tulisi ottaa huomioon ruoanvalmistustyön sukupuolittunut asetelma kotitalouksissa. Tässä tutkielmassa havaitut sukupuolten väliset erot aterioiden tilaamisen syissä voisivat selittyä sillä, että kyselyyn vastanneiden kotitalouksissa olisi edelleen voimassa perinteiset sukupuoliroolit, joiden perusteella nainen hoitaa kotitaloudessa ruoanvalmistustyön (ks. Aulanko, 2009; Malin, 2009). Kuten Keeble ym. (2020) toteavat, olisi kotiinkuljetuspalveluiden käyttäjien motiiveja ja perusteluja käytölle tutkittava tarkemmin ja laajemmin, sillä aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttö vaikuttaa muodostuvan uudeksi normaaliksi ravintolassa ruokailun ja noutoruoan rinnalle (Cai & Leung, 2020).

Tutkielman aineiston analyysissä löydetyistä ryhmistä voidaan löytää samoja piirteitä aikaisemman tutkimuksen kanssa. Ruoanvalmistuksesta nauttivia kuvasi etenkin harrastuneisuus ja ruoanvalmistuksen oleminen osa identiteettiä. Näiden ohella ryhmässä korostuneet sosiodemografiset tekijät viittaavat aikaisemmassa tutkimuksessa esitettyyn teoriaan siitä, että status on yhteydessä ravintolapalveluiden käyttöön ja että ruoanvalmistus sekä ravintolapalveluiden kulutus voidaan nähdä omaa identiteettiä ja elämäntapaa ilmentävänä (ks. Johnson & Baumann,

2015; Purhonen ym., 2014). Tulosten perusteella kotona viihtyvien voidaan ajatella arvostavan erityisesti omaa rauhaa ja sitä, että ruokailuympäristö on sellainen, jossa voi olla oma itsensä. Tämän on todettu olevan tärkeä tekijä ruokailuympäristössä (Hynynen ym., 2018; Kurikka & Riukulehto, 2015). Myös perheen merkitys ja läsnäolo vaikutti olevan tärkeä osa ruokailukokemusta kotona viihtyvien ryhmässä ja aikaisempi tutkimus tukee tätä tulkintaa, sillä perhe koetaan hyvin mieluisaksi ruokailuseuraksi (ks. Kurikka & Riukulehto, 2015). Aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden tutkimuksesta on löydettävissä yhteyksiä tässä tutkielmassa esille nousseeseen vaivattomuuden arvostajat -ryhmään. Anupama ja Rinky (2019) sekä Roh ja Park (2019) ovat esittäneet kotiinkuljetuspalveluiden käytön syyksi perheiden kiireistä arkea, ja ajan säästö nousi vaivan minimoinnin ohella tärkeäksi vaivattomuuden arvostajille. Myös Kespron (2019) selvityksessä voidaan nähdä viitteitä vaivan minimoimiseen, sillä syyksi ravintolaruokailulle annettiin se, ettei ruokaa viitsitä valmistaa. Näitä kolmea löydettyä ryhmää voisi jatkossa aiheen tutkimuksessa käyttää kotiinkuljetuspalveluiden käyttöä selittävinä muuttujina.

Janhosen, Mäkelän ja Palojoen (2015; 2016) kehrittelemää ruokatajun käsitettä ja sen ilmentymistä olisi kiinnostavaa tutkia aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden tai ruoanvalmistuksen ulkoistamisen kontekstissa. Olisi mielenkiintoista selvittää, onko ruokatajun taito yhteydessä ruoanvalmistuksen ulkoistamiseen ravintoloille. Tässä tutkielmassa tuli esille, että syy tilata aterioita kotiin kuljetettuna on välillä se, ettei kotona olevista aineksista voi tehdä ruokaa, tai ainakaan sitä ruokaa mitä sillä hetkellä tekisi mieli. Voiko tällainen ajattelu olla ruokatajun puutetta, vai onko päällimmäisenä syynä tilaukselle kuitenkin mieliteot? Tärkeää olisi saada vertaailua niihin, jotka eivät käytä aterioiden kotiinkuljetuspalveluita.

Olisi hyvin mielenkiintoista myös selvittää, minkälaisia aterioita eri syistä ja eri tavalla kotiinkuljetuspalveluita käyttävät tilaavat. Tätä on tutkittu jo paljon ravintolaruokailun parissa (esim. Lund ym., 2017; Johnston ja Baumann, 2015). Kun kotitalouksissa itse valmistetaan ruokaa, on ruoka arkena usein vaatimattomampaa kuin viikonloppuisin ja juhlapäivinä (Szabo, 2013). Ovatko myös kotiinkulje-

tuspalveluita arkisin usein käyttävien tilaukset vaatimatonta arkiruokaa vai käytetäänkö ruoanvalmistustyön ulkoistamista hyödyksi niin, että arkisinkin herkutellaan?

Tutkielman tulokset kuvaavat hyvin rajatun joukon ruoanvalmistustyön ulkoistamista aterioiden kotiinkuljetuksen muodossa. Aihe on kuitenkin tärkeä ja ajankohtainen, ja tutkielmasta löydettiin monia yhtäläisyyksiä aikaisempaan tutkimuskirjallisuuteen. Aihetta tulisi tutkia lisää, sillä ruoanvalmistustyön ulkoistaminen niin kokonaan kuin osittain on yhä yleisempää ja tulee olemaan pysyvä osa kotitalouksien arkea. On tärkeää pysyä ajan tasalla kotitalouksien toiminnasta, sen taustalla vaikuttavista syistä sekä yhteydestä ympäröivään yhteiskuntaan, sillä vain siten kotitalouksia voidaan tukea nopeasti muuttuvassa yhteiskunnassamme.

Lähteet

- Annaraud, K. & Berezina, K. (2020). Predicting Satisfaction and Intentions to Use Online Food Delivery: What Really Makes a Difference? *Journal of Foodservice Business Research* 23, 305–323.
- Anupama, C. D. & Rinky, T. (2019). Predicting Youngster's Attitude towards Online Food Delivery. *International Research Journal of Business Studies* 12, 289–299.
- Anttinen, M., Hakola-Uusitalo, T., Heinonen, M., Järvelä, K., Maliranta, M., Saastamoinen, M. & Sipiläinen, M. (2020). *Koronakriisin vaikutus kotitalouksiin*. Kilpailu- ja kuluttajaviraston selvityksiä 1. Helsinki: Kilpailu- ja kuluttajavirasto.
- Aulanko, M. (2009). Arjen pyörittäminen ja kotitaloustyö. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki* (s. 87–102). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino.
- Aulanko, M., Kiiikka K., Malin, A. & Soljanto, H. (2012). Työn ja toiminnan tutkiminen ruoanvalmistustöissä. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah, M. Vieltojärvi & P. Palojoki (toim.), *Ruoka, kulttuuri ja oppiminen – näkökulmia ruokatutkimuksen menetelmiin* (s. 107–122). Kotitalous- ja käsityötieteiden julkaisuja 29.
- Astbury, C. C., Foley, L., Penney, T. L., & Adams, J. (2020). How Does Time Use Differ Between Individuals Who Do More Versus Less Foodwork? A Compositional Data Analysis of Time Use in the United Kingdom Time Use Survey 2014–2015. *Nutrients* 12, 2280.
- Bove, C. F. & Sobal, J. (2015). Foodwork in Newly Married Couples. *Food, Culture & Society* 9, 69–89.
- Cai, R. & Leung, X. Y. (2020). Mindset Matters in Purchasing Online Food Deliveries During the Pandemic: The Application of Construal Level and Regulatory Focus Theories. *International Journal of Hospitality Management* 91, 102677.
- Chandrasekhar, N., Gupta, S. & Nanda, N. (2019). Food Delivery Services and Customer Preference: A Comparative Analysis. *Journal of Foodservice Business Research* 22, 375–386.
- Chua, B-L., Karim, S., Lee, S. & Han, H. (2020). Customer Restaurant Choice: An Empirical Analysis of Restaurant Types and Eating-Out Occasions. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, 6276.
- Cornelisse-Vermaat, J.R., Van Ophem, J., Antonides, G. & Maassen van der Brink, H. (2013). Outsourcing Childcare, Home Cleaning and Meal Preparation. *International Journal of Consumer Studies* 37, 530–537.
- Craig, L., Baxter, J. (2016). Domestic Outsourcing, Housework Shares and Subjective Time Pressure: Gender Differences in the Correlates of Hiring Help. *Social Indicators Research* 125, 271–288.
- Erkkola, M., Fogelholm, M., Konttinen, H., Laamanen, J-P., Mäenpää, E., Nevalainen, J., Nikula, H., Pirttilä, J., Uusitalo, L. & Saarijärvi, H. (2019). *Ruokaympäristön osatekijät ja ohjauskeinot*. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisuja 51.
- Fjellström, C. (2009). Food's Cultural System Of Knowledge – Meals As A Cultural And Social Arena. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah & P. Palojoki (toim.), *Food in Contemporary Society* (s. 19–21). Kotitalous- ja käsityötieteiden julkaisuja 23. Helsinki: Yliopistopaino.

- Giard, L. (1990). Ruuanlaitto. Teoksessa M. de Certeau, L. Giard & P. Mayol (toim.), *Arkipäivän kekseliäisyys 2: asuminen, ruuanlaitto* (s. 180–295). Pariisi: Éditions Galimard.
- Goods, C., Veen, A., Barratt, T., Kaine, S. & Josserand, E. (2019). “Is Your Gig Any Good?” Analysing Job Quality in the Australian Platform-based Food-delivery Sector. *Journal of Industrial Relations* 61, 502–527.
- Gunden, F., Morosan, C. & DeFranco, A. L. (2020a). Consumers’ Persuasion in Online Food Delivery Systems. *Journal of Hospitality and Tourism Technology* 11, 495–509.
- Gunden, F., Morosan, C. & DeFranco, A. L. (2020b). Consumers’ Intentions to Use Online Food Delivery Systems in the USA. *International Journal of Contemporary Hospitality Management* 32, 1325–1345.
- Gupta, V. & Duggal, S. (2020). How the Consumer’s Attitude and Behavioral Intentions Are Influenced: A Case of Online Food Delivery Applications in India. *International Journal of Culture, Tourism and Hospitality Research* 15, 77–93.
- Ha, J. & Jang, S.C. (2013). Attributes, Consequences and Consumer Values: A Means-end Chain Approach Across Restaurant Segments. *International Journal of Contemporary Hospitality Management* 25, 383–409.
- Haverinen, L. & Saarilahti, M. (2009). Arjen hallinnasta arjen vastuuseen? Näkökulmia ja sovelluksia arjen hallinta -käsitteestä. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki* (s. 69–86). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino.
- Heikkilä, T. (2014). *Tilastollinen tutkimus* (9., korjattu painos). Helsinki: Edita Publishing.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2010). *Tutki ja kirjoita* (15.-16., korjattu painos). Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Holm, L., Ekström, M.P., Hach, S. & Lund, T.B. (2019). Cooking and Gender. Teoksessa J. Gronow & L. Holm (toim.), *Everyday Eating in Denmark, Finland, Norway and Sweden: A Comparative Study of Meal Patterns 1997–2012* (s. 123–140). London: Bloomsbury Academic.
- Hynynen, A., Hopia, A., Uimonen, H., Pitkäkoski, T., Aaltojärvi, I., Paakki, M., & Kontukoski, M. (2018). *Ei ainoastaan leivästä: Ruoka, kokemus ja moniaistisuus*. Tampereen teknillinen yliopisto. Arkkitehtuurin laboratorio.
- Jabs, J., Devine, C., Bisogni, C., Farrell, T., Jastran, M. & Wethington, E. (2007). Trying to Find the Quickest Way: Employed Mothers’ Constructions of Time for Food. *Journal of Nutrition Education and Behavior* 39, 18–25.
- Jallinoja, P., Mäkelä, J. & Niva, M. (2018). Ruuan yltäkylläisyys ja rajat - sosiologisia havaintoja Suomesta. *Duodecim* 134, 1501–1507.
- Janhonen, K., Mäkelä, J. & Palojoki, P. (2016). Food Education: From Normative Models to Promoting Agency. Teoksessa J. Sumner (toim.) *Learning, Food, and Sustainability: Sites for Resistance and Change* (s. 93–110). New York: Palgrave Macmillan.
- Janhonen, K., Mäkelä, J. & Palojoki, P. (2015). Peruskoulun ruokakasvatus ravintotiedosta ruokatajuun. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah, P. Palojoki (toim.), *Luova ja vastuullinen kotitalousopetus* (s. 107–121) Kotitalous- ja käsityötieteiden julkaisuja 38. Helsinki: Unigrafia.
- Janhonen-Abruquah, H. (2010). *Gone With the Wind? Immigrant Women and Transnational Everyday Life in Finland*. Helsingin yliopisto, Käyttätymistieteellinen tiedekunta, Opettajankoulutuslaitos.

- Johnston, J. & Baumann, S. (2015). *Foodies. Democrcy and Distinction in the Gourmet Foodscape* (2., korjattu painos) New York: Routledge.
- Jokivuori, P. & Hietala, R. (2007). *Määrällisiä tarinoita. Monimuuttujamenetelmien käyttö ja tulkinta*. Helsinki: WSOY.
- Jones, B. L. (2018). Making Time for Family Meals: Parental Influences, Home Eating Environments, Barriers and Protective Factors. *Physiology & Behavior* 193, 248–251.
- Jonsson, I. M. & Ekström, M. P. (2009). Gender Perspectives on the Solo Diner as Restaurant Customer. Teoksessa H. L. Meiselman (toim.), *Meals in Science and Practice* (s. 236–249). Cambridge: Woolhead Publishing Limited.
- Kananen, J. (2011). *Kvantti: Kvantitatiivisen opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas*. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Keeble, M., Adams, J., Sacks, G., Vanderlee, L., White, C.M., Hammond, D. & Burgoine, T. (2020). Use of Online Food Delivery Services to Order Food Prepared Away-From-Home and Associated Sociodemographic Characteristics: A Cross-Sectional, Multi-Country Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, 5190–5205.
- Kespro (2019). *Suomalaisten odotukset ravintoloille 2020*. Viitattu 18.9.2020 https://downloads.ctfas-sets.net/yqsam7930hsq/5asslsam8VHofknj31W9af/d09dd701fa250a13aec8480d1668e838/Suomalaisten_odotukset_ravintoloille_2020_-tutkimus_19.9.2019.pdf
- Knight, A., O'Connell, R., & Brannen, J. (2018). Eating with Friends, Family or Not at All: Young People's Experiences of Food Poverty in the UK. *Children & Society* 32, 185–194.
- Koponen, S. & Mustonen, P. (2020). Eating alone, or commensality redefined? Solo dining and the aestheticization of eating (out). *Journal of Consumer Culture* 0, 1–19.
- Koponen, S., Niva, M. & Mäkelä, J. (2018). Yksin ja yhdessä syöminen modernissa kulutusyhteiskunnassa. Teoksessa J. Autio, M. Autio, E. Kylkilahti & M. Pantzar (toim.), *Kulutus ja talous – näkökulmia yhteiskunnan muutokseen* (s. 55–68). Helsingin yliopisto.
- Kupiainen, T. & Järvinen, E. (2009). Miksi kuluttaja ostaa valmisruokaa? Valmisruokien valintaan vaikuttavat tekijät eri kuluttajaryhmissä. MTT Selvityksiä 174. Helsinki: Taloustutkimus MTT.
- Kurikka, H. & Riukulehto, S. (2015). *Tiekartta elämyksellisiin ruokakokemuksiin*. Raportteja 149. Helsingin yliopisto Ruralia-instituutti.
- Lee, E-Y., Lee, S-B. & Jeon, Y. J. J. (2017). Factors Influencing the Behavioral Intention to Use Food Delivery Apps. *Social Behavior & Personality: An International Journal* 45, 1461–1473.
- Lehtinen, A-R. & Aalto, K. (2018). *Mitä eläminen maksaa? – Kohtuullisen minimin viitebudjettien päivittäminen vuodelle 2018*. Valtiotieteellisen tiedekunnan julkaisuja 101.
- Lehtonen, J. (2019). Kun kaksijakoinen sukupuoliajattelu murtuu – sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus tasa-arvobarometrissa. Teoksessa M. Teräsaho & J. Närvi (toim.), *Näkökulmia sukupuolten tasa-arvoon: Analyyskejä tasa-arvobarometrasta 2017* (s. 136–157). Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.
- van der Lippe, T., Frey, V. & Tsvetkova, M. (2013). Outsourcing of Domestic Tasks: A Matter of Preferences? *Journal of Family Issues* 34, 1574–1597.

- Long, L.M. (2016). Meaning-Centered Research in Food Studies. Teoksessa J. Charzan & J. A. Brett (toim.), *Food culture: Anthropology, Linguistics and Food Studies* (s. 204–217). New York: Berghahn Books.
- Lund, T. B., Kjaernes, U. & Holm, L. (2017). Eating Out in Four Nordic Countries: National Patterns and Social Stratification. *Appetite* 119, 23–33.
- Maavirta, T. (2009). Arjen ruoanvalinta ja ruokailu – suomalainen syöminen tutkimuskohteenä. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki* (s. 121–132). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino.
- Malin, A. (2009). Asumisen toiminnot muutoksessa. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki* (s. 29–46). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino.
- Masson, E., Bubendorff, S., & Fraïssé, C. (2018). Toward New Forms of Meal Sharing? Collective Habits and Personal Diets. *Appetite* 123, 108–113.
- McGuffin, L., Wallace, J., McCrorie, T., Price, R., Pourshahidi, L., & Livingstone, M. (2013). Family Eating Out-of-home: A Review of Nutrition and Health Policies. *Proceedings of the Nutrition Society* 72, 126–139.
- Meah, A. (2013). Reconceptualizing Power and Gendered Subjectivities in Domestic Cooking Spaces. *Progress in Human Geography* 38, 671–690.
- Mills, S., White, M., Brown, H., Wrieden, W., Kwasnicka, D., Halligan, J., Robalino, S. & Adams, J. (2017). Health and Social Determinants and Outcomes of Home Cooking: A Systematic Review of Observational Studies. *Appetite* 111, 116–134.
- Mäkelä, J. (2009). Meals: The Social Perspective. Teoksessa H. L. Meiselman (toim.), *Meals in Science and Practice* (s. 37–49). Cambridge: Woolhead Publishing Limited.
- Mäkelä, J. (2002). *Syömisestä rakenne ja kulttuurinen vaihtelu*. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Möser, A. & Leonhäuser, I-U. (2019). Too Bustling to Cook? Management of Food Provision in German Family Households With Employed Mothers. *International Journal of Home Economics* 7, 36–53.
- Neuman, N., Gottzén, L. & Fjellström, C. (2017). Narratives of Progress: Cooking and Gender Equality Among Swedish Men. *Journal of Gender Studies* 26, 151–163.
- Nummenmaa, L. (2009). *Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät* (2., korjattu painos). Helsinki: Tammi.
- Närvi, J. & Salmi, M. (2019). Kotitöiden ja yhteisten kulujen jakaminen tyytyväisyyden tai ristiriitojen lähteenä parisuhteessa. Teoksessa M. Teräsaho & J. Närvi (toim.), *Näkökulmia sukupuolten tasa-arvoon: Analyseja tasa-arvobarometrista 2017* (s. 101–135). Terveystien ja hyvinvoinnin laitos.
- Pliner, P. & Bell, R. (2009). A Table for One: The Pain and Pleasure of Eating Alone. Teoksessa H. L. Meiselman (toim.), *Meals in Science and Practice* (s. 169–189). Cambridge: Woolhead Publishing Limited.
- Prabhu N. & Soodan, V. (2020). The Effect of Mobile App Design Features on Student Buying Behavior for Online Food Ordering and Delivery. Teoksessa C. Stephanidis ym., (toim.), *HCI International 2020 – Late Breaking Papers: Interaction, Knowledge and Social Media* (s. 614–623). Switzerland: Springer.
- Purhonen, S., Gronow, J., Heikkilä, R., Kahma, N., Rahkonen, K., Toikka, A. (2014). *Suomalainen maku: kulttuuripääoma, kulutus ja elämäntyylien sosiaalinen eriytyminen*. Helsinki: Gaudeamus.

- Raz-Yurovich, L. & Marx, I. (2019). Outsourcing Housework and Highly Skilled Women's Labour Force Participation—An Analysis of a Policy Intervention. *European Sociological Review* 35, 205–224.
- Riukulehto, S. & Rinne-Koski, K. (2014). *Asunnosta kodiksi – Kotoisuus kolmannen iän asumiskokemuksissa*. Raportteja 134. Helsingin yliopiston Ruralia-instituutti.
- Roh, M. & Park, K. (2019). Adoption of O2O Food Delivery Services in South Korea: The Moderating Role of Moral Obligation in Meal Preparation. *International Journal of Information Management* 47, 262–273.
- Sachs, C., Allen, P., Terman, A., Hayden, J. & Hatcher, C. (2014). Front and Back of the House: Socio-spatial Inequalities in Food Work. *Agriculture and Human Values* 31, 3–17.
- Short, F. (2006). *Kitchen Secrets: The Meaning of Cooking in Everyday Life*. Oxford: Berg.
- Smith, J. L. (2002). *The Psychology of Food & Eating*. Hampshire: PALGRAVE.
- Soininen, M. & Merisuo-Storm, T. (2009). *Kasvatustieteellisen tutkimuksen perusteet*. Rauman opettajankoulutuslaitos. Turun yliopisto.
- Stelick, A., Dando, R. (2018). Thinking Outside the Booth — The Eating Environment, Context and Ecological Validity in Sensory and Consumer Research. *Current Opinion in Food Science* 21, 26–31.
- Su-Hui, K. & Hung-Chou, L. (2019). Effects of Food Environments and Eating Environments on Consumers' Food Consumption Volume. *Journal of Food Quality* 2019, 1–7.
- Suomen virallinen tilasto, SVT. (2011). Ajankäyttö. Ajankäytön Muutokset 2000-Luvulla 2009, Liitetaulukko 1. Yli 10-vuotiaiden ajankäyttö (82 luokkaa) vuosina 1987–1988, 1999–2000 ja 2009–2010, miehet ja naiset yhteensä. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu: 21.10.2020. http://www.stat.fi/til/akay/2009/05/akay_2009_05_2011-12-15_tau_001_fi.html
- Szabo, M. (2014). Men Nurturing Through Food: Challenging Gender Dichotomies Around Domestic Cooking. *Journal of Gender Studies* 23, 18–31.
- Szabo, M. (2013). Foodwork or Foodplay? Men's Domestic Cooking, Privilege and Leisure. *Sociology* 47, 623–638.
- Taillie, L.S. (2018). Who's Cooking? Trends in US Home Food Preparation by Gender, Education, and Race/Ethnicity from 2003 to 2016. *Nutrition Journal* 17, 41–49.
- Taloustutkimus. (2020). Miten ravintola- ja kahvilapalveluiden käyttö tulevaisuudessa muuttuu? Viitattu: 12.12.2020. <https://www.taloustutkimus.fi/ajankohtaista/uutisia/miten-ravintola-ja-kahvilapalveluiden-kaytto-tulevaisuudessa-muuttuu.html>
- Tilastokeskus. (2020). Tulot ja kulutus. Yksityisten henkilöiden tulot ja verot 2018. Viitattu 07.02.2021. http://tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk_tulot.html
- Torkkeli, K. (2009). Arkinen ruoanvalmistus kodissa – tilanteen mukaan ja ympäristön ehdoilla. Teoksessa H. Janhonen-Abuquah (toim.), *Kodin arki* (s. 133–146). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Yliopistopaino.
- Torkkeli, K., Janhonen, K. & Mäkelä, J. (2021). Engagements in Situationally Appropriate Home Cooking. *Food, Culture & Society*. DOI:10.1080/15528014.2021.1882167
- Torkkeli, K., Mäkelä, J., & Niva, M. (2020). Elements of Practice in the Analysis of Auto-ethnographical Cooking Videos. *Journal of Consumer Culture* 20, 543–562.

- Troise, C., O'Driscoll, A., Tani, M. & Prisco, A. (2020). Online Food Delivery Services and Behavioral Intention – A Test of an Integrated TAM and TPB Framework. *British Food Journal* 123, 664–683.
- Turkki, K. (2015). Envisioning Literacy to Promote Sustainable Wellbeing – Home Economics Perspectives. Teoksessa V. W. Thoresen, D. Doyle, J. Klein & R. J. Diddham (toim.), *Responsible Living: Concepts, Education and Future Perspectives* (s. 151–178). Switzerland: Springer.
- Ueland, O. (2009). Meals and Gender. Teoksessa H. L. Meiselman (toim.), *Meals in Science and Practice* (s. 92–101). Cambridge: Woolhead Publishing Limited.
- Varjonen, J. & Peltoniemi, A. (2012). *Kodin ulkopuolella ruokailu osana ruokailutottumusten muutosta 1990–2010*. Julkaisuja 1. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Veen, A., Barrat, T. & Goods, C. (2019). Platform-Capital's "App-etite" for Control: A Labour Process Analysis of Food-Delivery Work in Australia. *Work, Employment and Society* 34, 388–406.
- Vehkalahti, K. (2019). *Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät* (e-kirja). Helsingin yliopisto.
- Vero. (2019). Kotitalousvähennys verotuksessa. Viitattu 4.4.2021 <https://www.vero.fi/syventavat-vero-ohjeet/ohje-hakusivu/47873/kotitalousv%C3%A4hennys-verotuksessa/>
- Wansink, B. (2004). Environmental Factors That Increase the Food Intake and Consumption Volume of Unknowing Consumers. *Annual Review of Nutrition* 24, 455–479.
- Warde, A. (2016). *The Practice of Eating*. Cambridge: Polity Press.
- Warde, A., Whillans, J. A. & Paddock, J. (2019). The Allure of Variety: Eating Out in Three English Cities, 2015. *Poetics* 72, 17–31.
- Yeo, V., Goh, S-K. & Rezaei, S. (2017). Consumer Experiences, Attitude and Behavioral Intention Toward Online Food Delivery (OFD) Services. *Journal of Retailing and Consumer Services* 35, 150–162.

Liitteet

Liite 1 Kyselylomakkeen saatekuva



Linkki julkaisun ohessa/ig-biossa

KOTIIN KULJETETTU ATERIA, KERRO KOKEMUKSESI

Käytätkö woltia, foodora* tai jotain
muuta aterioiden
kotiinkuljetuspalvelua? Vastaa
lyhyeen kyselyyn aiheesta!

KYSELY ON OSA PRO GRADU -
TUTKIELMAANI HELSINGIN
YLIOPISTON KOTITALOUSOPETTAJAN
OPINTOSUUNNASSA

*Ei kaupallista yhteistyötä yritysten kanssa

Liite 2 Kyselylomakkeen suunnitelma

Taulukko 11. Kyselylomakkeen muotoilussa käytettyjen muuttujien yhteys tutkimuskirjallisuuteen.

Kysymykset	<p>1. Kuinka usein ostat aterioita kotiinkuljetuksella (esim. Wolt, foodora)?</p> <p>2. Mikä kuvaa parhaiten tilannetta, jossa tilaat aterian kotiinkuljetuksella? (Szabo, 2013; Short, 2006)</p> <p>3. Mihin viikonpäivään tilauksesi useimmiten ajoittuu? (Short, 2006)</p> <p>4. Mihin kellonaikaan tilauksesi useimmiten sijoittuu? (Short, 2006)</p> <p>5. Syötkö kotiinkuljetetun aterian useimmiten (Gunden, Morosan & DeFranco, 2020)</p> <p>6. Kuka kotitaloudessa on päävastuussa ruoanvalmistuksesta? (Bove & Sobal, 2015)</p>
Väittämät	<p>Ruoanvalmistus on aikaa vievää (Astbury, 2020; Kespro, 2019)</p> <p>Ruoanvalmistus on työlästä (Bove & Sobal, 2015; Short, 2006)</p> <p>Ruoanvalmistus on epämiellyttävä kotityö (Aulanko, 2009)</p> <p>Ruoanvalmistus on mieluista (Szabo, 2013)</p> <p>Ruoanvalmistus on harrastus (Szabo, 2013)</p> <p>Ruoanvalmistus on ilmaisukeino (Long, 2016)</p> <p>Ruoanvalmistus on osa identiteettiäni (Torkkeli, 2009; Long, 2016)</p> <p>Ruoanvalmistus on tapani osoittaa huolenpitoa muita kohtaan (Mäkelä, 2009; Szabo, 2013)</p> <p>Keittiössäni on riittävästi tilaa ruoanvalmistukseen (Bove & Sobal, 2015; Malin, 2009)</p> <p>Koen epävarmuutta ruoanvalmistuksessa (Bove & Sobal, 2015)</p> <p>En saa tukea ruoanvalmistukseen (Erkkola ym., 2019; Bove & Sobal, 2015)</p> <p>En osaa valmistaa haluamaani ruokaa itse (Aulanko, 2009; Short, 2006)</p> <p>En pidä itse tehdystä ruoasta (Short, 2006)</p> <p>Ravintolasta saa parempaa ruokaa kuin itse tehty (Short, 2006)</p> <p>Kotiin tilatessa valikoima on monipuolinen (Gunden, Morosan & DeFranco, 2020b)</p> <p>Lähipiirissäni tilataan aterioita kotiinkuljetuksella (Erkkola ym., 2019)</p> <p>Haluan herkutella (Gunden, Morosan & De Franco, 2020)</p> <p>Haluan kokeilla jotain uutta (Kespro, 2019)</p> <p>Haluan säästää aikaa (Kespro, 2019; Anupama ja Rinky 2019, Roh & Park, 2019)</p> <p>Haluan päästä mahdollisimman pienellä vaivalla (Szabo, 2013; Chandrasekhar, Gupta & Nanda, 2019)</p> <p>Haluan säästyä ruoanvalmistukseen liittyvästä sotkusta (Short, 2006; Szabo, 2013)</p> <p>Kotona on hyvä tunnelma (Kurikka & Riukulehto, 2015)</p> <p>Kotona voin olla oma itseni (Hynynen ym., 2018)</p> <p>Kotona voin ruokailla perheen kanssa (Kurikka & Riukulehto, 2015)</p> <p>Kotona ei ole ylimääräisiä häiriötekijöitä niin kuin ravintolassa (Gunden ym., 2020)</p> <p>Haluan välttää sosiaalisia kontakteja (Cai & Leung, 2020)</p> <p>Haluan syödä yksin (Koponen ym., 2018)</p> <p>Haluan katsoa televisiota/suoratoistopalvelua samalla kun syön (Jones, 2018)</p> <p>Haluan selata sosiaalista mediaa samalla kun syön (Jones, 2018)</p> <p>Haluan lukea samalla kun syön (Mäkelä, 2002)</p>

Liite 3 Valmis kyselylomake

Lomake on ajastettu: julkisuus alkaa 13.1.2021 11.30 ja päättyy 27.1.2021 23.59

Aterioiden kotiinkuljetuspalveluiden käyttö

Hei!

Tervetuloa vastaamaan aterioiden kotiinkuljetuspalveluita ja ruoanvalmistusta koskevaan kyselyyn. Kysely on osa pro gradu -tutkielmaani, jota teen Helsingin yliopiston kotitalousopettajan opintosuunnassa. Tutkielmaa ei tehdä kaupallisessa yhteistyössä yritysten kanssa.

Voit vastata kyselyyn, jos olet tilannut valmiita aterioita kotiin kuljetettuna (esim. Wolt, Foodora). Antamasi vastaukset ovat anonymoivia, eikä niitä voida yhdistää sinuun missään tutkimuksen vaiheessa. Vastaaminen kestää 5-10 minuuttia.

Halutessasi lisätietoja tai antaaksesi palautetta kyselystä ota yhteyttä sähköpostitse: kotiinkuljetus.tutkimus@outlook.com

Tutkimuksen tekijä: Tuuli Kanerva, Helsingin yliopisto

KUVAUS KOTIINKULJETUSPALVELUIDEN KÄYTÖSTÄ

Vastaa kysymyksiin valitsemalla omaa toimintaasi kuvaava vaihtoehto. Vastaa sen mukaan, miten useimmiten toimit tilatessasi valmiita aterioita kotiinkuljetuspalvelulla.

1. Mitä kotiinkuljetuspalvelua käytät/olet käyttänyt? Voit valita useita.

- ☐ * En mitään
- ☐ * Wolt
- ☐ * Foodora
- ☐ * Ravintolan oma kuljetus
- ☐ * Jokin muu

Jokin muu, mikä?

2. Kuinka usein ostat valmiin aterian kotiin kuljetettuna?
- * ☐ 2 kertaa viikossa tai useammin

2. Kuinka usein ostat valmiin aterian kotiin kuljetettuna?
- * ☐ 2 kertaa viikossa tai useammin
 - ☐ 1 kerran viikossa
 - ☐ 1-2 kertaa kuukaudessa
 - ☐ Harvemmin kuin kerran kuukaudessa

3. Mikä kuvaa parhaiten tilannetta, jossa tilaat valmiin aterian kotiin kuljetettuna?
- * ☐ Työpäivä
 - ☐ Vapaa-aikana
 - ☐ Juhla
 - ☐ Jokin muu

Jokin muu, mikä?

4. Mihin viikonpäivään tilauksesi useimmiten ajoittuu?
- * ☐ Maanantai - perjantai
 - ☐ Lauantai - sunnuntai

5. Mihin kellonaikaan tilauksesi useimmiten ajoittuu?
- * ☐ 07:00-10:00
 - ☐ 10:00-13:00
 - ☐ 13:00-16:00
 - ☐ 16:00-19:00
 - ☐ 19:00-00:00

6. Kenen kanssa syöt kotiin tilatun aterian?
- * ☐ Yksin
 - ☐ Yhdessä muiden kanssa
 - ☐ Etäyhteyden avulla (esim. videopuhelu) muiden kanssa

VALMIIDEN ATERIOIDEN TILAAMINEN

Miksi tilaat valmiita aterioita kotiinkuljetuspalvelulla? Valitse kunkin väittämän kohdalla oma mielipidettäsi kuvaava vaihtoehto.

Väittämät arvoidaan viisiportaisella asteikolla (1= täysin eri mieltä, 2= hieman eri mieltä, 3= ei samaa eikä eri mieltä, 4= hieman samaa mieltä, 5= täysin samaa mieltä).

- * 7. Ravintolasta saa parempaa ruokaa kuin itse tehty
- ☐ 1= täysin eri mieltä
 - ☐ 2= hieman eri mieltä
 - ☐ 3= ei samaa eikä eri mieltä
 - ☐ 4= hieman samaa mieltä
 - ☐ 5= täysin samaa mieltä

- * 8. Voin valita monista eri ravintoloista
- ☐ 1= täysin eri mieltä
 - ☐ 2= hieman eri mieltä
 - ☐ 3= ei samaa eikä eri mieltä
 - ☐ 4= hieman samaa mieltä
 - ☐ 5= täysin samaa mieltä

- * 9. Samassa seurassa ruokailevat voivat valita eri ravintoloista
- ☐ 1= täysin eri mieltä
 - ☐ 2= hieman eri mieltä
 - ☐ 3= ei samaa eikä eri mieltä
 - ☐ 4= hieman samaa mieltä
 - ☐ 5= täysin samaa mieltä

- * 10. Lähipiirissäni tilataan aterioita kotiinkuljetuksella
- ☐ 1= täysin eri mieltä
 - ☐ 2= hieman eri mieltä
 - ☐ 3= ei samaa eikä eri mieltä
 - ☐ 4= hieman samaa mieltä
 - ☐ 5= täysin samaa mieltä

* 11. Haluan herkutella	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 12. Haluan kokeilla jotain uutta	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 13. En halua käyttää ruoanvalmistukseen aikaa	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 14. Haluan päästä mahdollisimman pienellä vaivalla	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 15. En halua, että ruoanvalmistuksesta tulee sotkua	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä

Jokin muu syy, mikä?

SUHTAUTUMINEN RUOANVALMISTUKSEEN

Miten itse suhtaudut omaan ruoanvalmistukseesi kotona? Ruoanvalmistuksella tarkoitetaan tässä kyselyssä raaka-aineiden hankkimista, raaka-aineiden työstämistä, ruoan esillepanoa sekä jälkien siivoamista. Valitse kunkin väittämän kohdalla oma mielipidettäsi kuvaava vaihtoehto.

Väittämät arvoidaan viisiportaisella asteikolla (1= täysin eri mieltä, 2= hieman eri mieltä, 3= ei samaa eikä eri mieltä, 4= hieman samaa mieltä, 5= täysin samaa mieltä).

* 16. Ruoanvalmistus on aikaa vievää	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 17. Ruoanvalmistus on työstä	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 18. Ruoanvalmistus on minulle mieluista	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 19. Ruoanvalmistus on minulle harrastus	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 20. Ruoanvalmistus on minulle ilmaisukeino	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 21. Ruoanvalmistus on osa identiteettiäni	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 22. Ruoanvalmistus on tapani osoittaa huolenpitoa muita kohtaan	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 23. Koen epävarmuutta ruoanvalmistuksessa	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 24. Minua ei kannusteta ruoanvalmistukseen	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä

* 25. En osaa valmistaa haluamaani ruokaa itse	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 26. En pidä itse tehdystä ruoasta	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä

KOTONA SYÖMINEN

Miksi haluat syödä kotona? Valitse kunkin väittämän kohdalla omaa mielipidettäsi kuvaava vaihtoehto.

Väittämät arvotaan viisiporaisella asteikolla (1= täysin eri mieltä, 2= hieman eri mieltä, 3= ei samaa eikä eri mieltä, 4= hieman samaa mieltä, 5= täysin samaa mieltä).

* 27. Kotona on hyvä tunnelma	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 28. Kotona voin olla oma itseni	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä

* 29. Kotona voin ruokailla perheen kanssa	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 30. Kotona ei ole ylimääräisiä häiriötekijöitä niin kuin ravintolassa	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 31. Haluan välttää sosiaalisia kontakteja	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 32. Haluan syödä yksin	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä

* 33. Haluan katsoa televisiota/suoratoistopalvelua samalla kun syön	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 34. Haluan selata sosiaalista mediaa samalla kun syön	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 35. Haluan lukea samalla kun syön	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä
* 36. Kotona voin ruokailla etäyhteydellä muiden kanssa	<input type="radio"/> 1= täysin eri mieltä <input type="radio"/> 2= hieman eri mieltä <input type="radio"/> 3= ei samaa eikä eri mieltä <input type="radio"/> 4= hieman samaa mieltä <input type="radio"/> 5= täysin samaa mieltä

Jokin muu syy, mikä?

KERRO VIELÄ HIEMAN ITSESTÄSI

* 37. Asuinpaikkakunta

* 38. Ikä

39. Sukupuoli

- * ☐ Nainen
☐ Mies
☐ Muu
☐ En halua kertoa

40. Korkein suorittamasi tutkinto

- * ☐ Peruskoulu tai vastaava
☐ Toisen asteen tutkinto
☐ Alempi korkeakoulututkinto
☐ Ylempi korkeakoulututkinto

41. Vuositulosi

- * ☐ 0-9 999
☐ 10 000-19 999
☐ 20 000-29 999
☐ 30 000-39 999
☐ 40 000-49 999
☐ 50 000-59 999
☐ 60 000-69 999
☐ 70 000-

* 42. Kuinka monta henkilöä kotitaloudessasi asuu? (vastaus numeroina)

* 43. Kuinka monta alle 18-vuotiasta kotitaloudessasi asuu? (vastaus numeroina)

44. Kuka on päävastuussa ruoanvalmistuksesta kotitaloudessasi?

- * ☐ Minä
☐ Asuinkumppani
☐ Yhdessä
☐ Joku muu

Joku muu, kuka?

TIETOJEN LÄHETYS

Tallenna

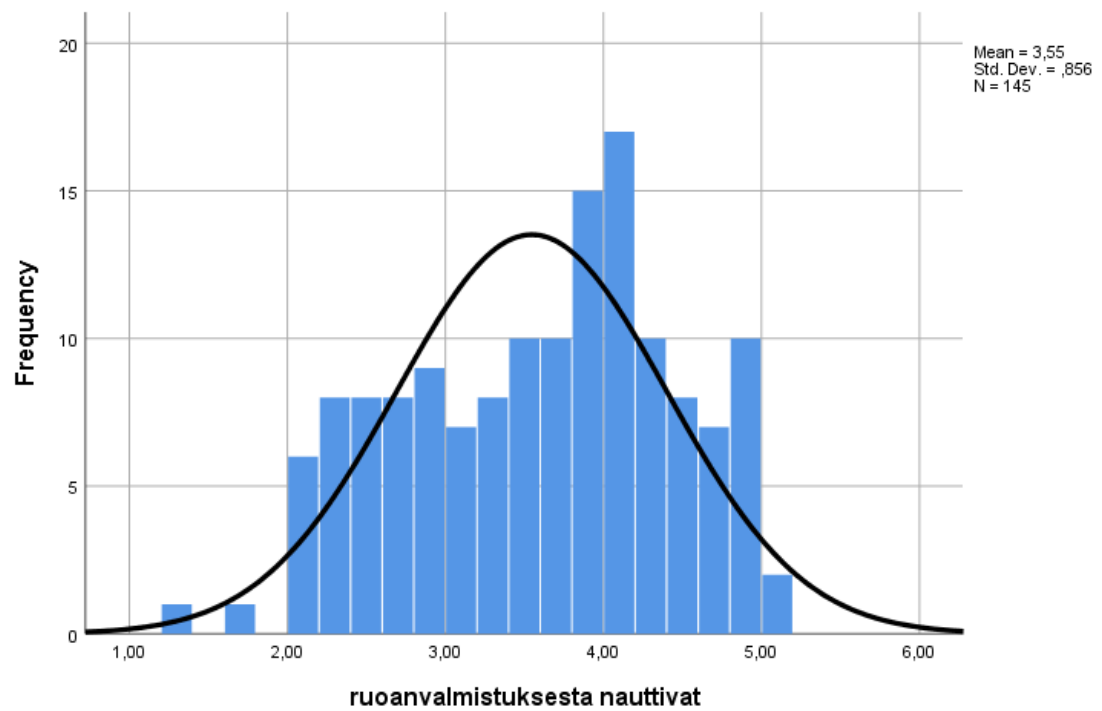
Liite 4 Vastaajien asuinpaikkakunnat

Espoo
Helsinki
Hyvinkää
Imatra
Joensuu
Järvenpää
Kerava
Kirkkonummi
Lahti
Lappeenranta
Nokia
Oulu
Porvoo
Tampere
Turku
Vantaa
Vieremä

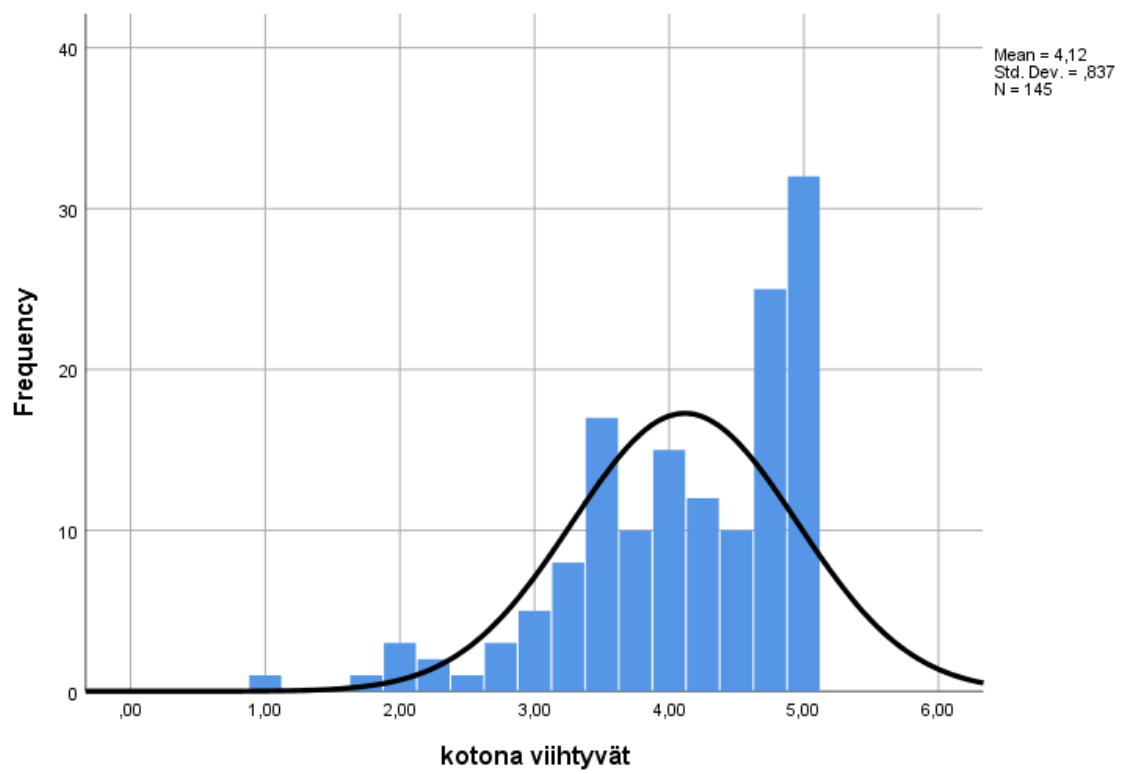
Liite 5 Avoimet vastaukset osioon "Valmiiden aterioiden tilaaminen"

1. Väsymys ja jaksamattomuus, rentoutuminen
2. Epähuomiossa kotona ei olekaan ruokaa/valmistusaineeksiä aka paniikki-tilaus
3. Kiireinen etätyöpäivä kotoa käsin, eikä ole aikaa kokata
4. Ei ole aikaa valmistaa monta ateriaa päivässä
5. Tuen samalla ravintolayrityksiä, sekä kuljetuspalveluyrityksiä
6. Jos olen reissussa
7. Ei ole valmiiksi aineksia, mistä tehdä ruoka, niin ei jaksa lähteä kauppaankaan.
8. palkinto itselle
9. ravintoloiden tukeminen
10. Esim. sushia osaan kyllä tehdä, mutta nautin siitä ammattilaisten tekemänä.
11. tekee mieli juuri tiettyä ruokaa mitä ei voi tehdä itse
12. Väsymys ja itsensä hemmottelu
13. Jos on kova nälkä niin ei jaksa/ehdi tehdä ruokaa

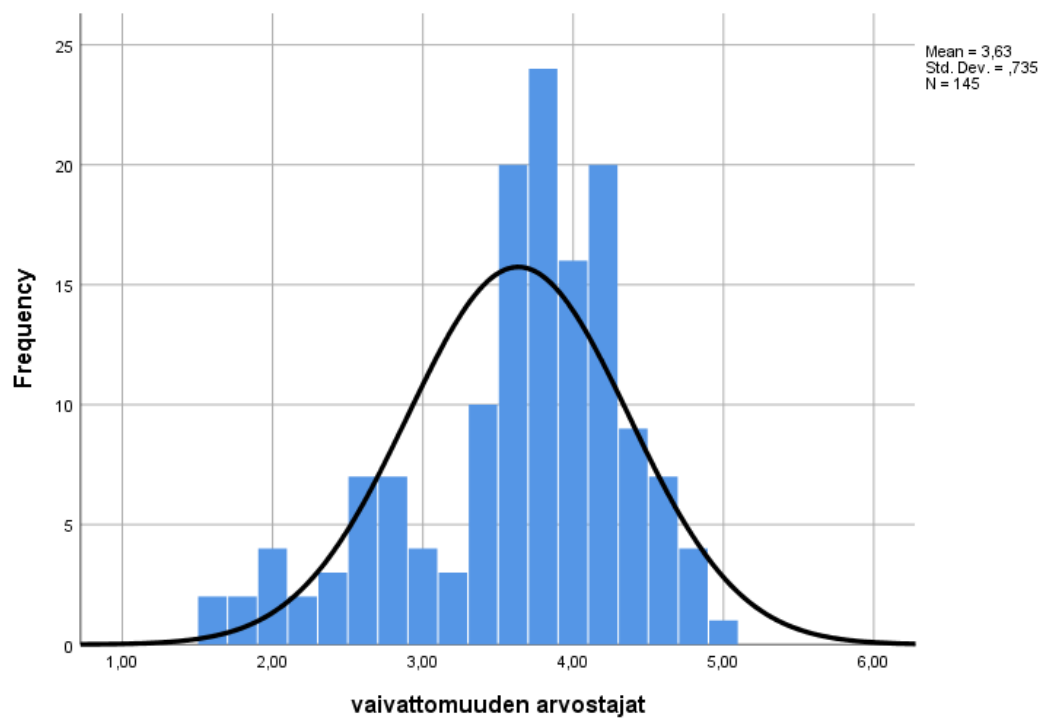
Liite 6 Ruoanvalmistuksesta nauttivat -summamuuttujan jakauma



Liite 7 Kotona viihtyvät -summamuuttujan jakauma



Liite 8 Vaivattomuuden arvostajat -summamuuttujan jakauma



Liite 9

Taulukko 12. Merkitsevyystarkastelu taustamuuttujittain, Khiin neliö χ^2 (sukupuoli) ja Kruskal-Wallis, väittämät 7-15.

Väittämä	Sukupuoli	Ikä	Koulutus	Vuositulot	Kotitalouden koko	Alle 18-vuotiaiden lukumäärä
7. Ravintolasta saa parempaa ruokaa kuin itse tehty	$\chi^2(4)=4.429$, p=.351	$\chi^2(3)=4.454$, p=.235	$\chi^2(3)=1.427$, p=.699	$\chi^2(2)=1.763$, p=.414	$\chi^2(2)=1.011$, p=.603	$\chi^2(2)=1.011$, p=.603
8. Voin valita monista eri ravintoloista	$\chi^2(4)=1.311$, p=.860	$\chi^2(3)=2.833$, p=.418	$\chi^2(3)=1.151$, p=.765	$\chi^2(2)=1.173$, p=.556	$\chi^2(2)=.615$, p=.735	$\chi^2(2)=.615$, p=.703
9. Samassa seurassa ruokailevat voivat valita eri ravintoloista	$\chi^2(4)=6.035$, p=.197	$\chi^2(3)=4.087$, p=.252	$\chi^2(3)=1.555$, p=.670	$\chi^2(2)=.451$, p=.798	$\chi^2(2)=.370$, p=.830	$\chi^2(2)=.374$, p=.830
10. Lähipiirissäni tilataan aterioita kotiinkuljetuksella	$\chi^2(4)=5.524$, p=.238	$\chi^2(3)=5.281$, p=.152	$\chi^2(3)=5.151$, p=.161	$\chi^2(2)=5.189$, p=.075	$\chi^2(2)=.268$, p=.875	$\chi^2(2)=.268$, p=.875
11. Haluan herkutella	$\chi^2(4)=4.899$, p=.298	$\chi^2(3)=10.613$, p=.014	$\chi^2(3)=2.626$, p=.453	$\chi^2(2)=5.892$, p=.053	$\chi^2(2)=1.640$, p=.440	$\chi^2(2)=1.640$, p=.440
12. Haluan kokeilla jotain uutta	$\chi^2(4)=5.216$, p=.266	$\chi^2(3)=.648$, p=.885	$\chi^2(3)=2.360$, p=.501	$\chi^2(2)=.964$, p=.617	$\chi^2(2)=4.122$, p=.127	$\chi^2(2)=4.122$, p=.127
13. En halua käyttää ruoanvalmistukseen aikaa	$\chi^2(4)=2.164$, p=.706	$\chi^2(3)=2.311$, p=.510	$\chi^2(3)=9.015$, p=.029	$\chi^2(2)=3.924$, p=.141	$\chi^2(2)=.361$, p=.835	$\chi^2(2)=.631$, p=.835
14. Haluan päästä mahdollisimman pienellä vaivalla	$\chi^2(4)=14.192$, p=.007	$\chi^2(3)=1.684$, p=.640	$\chi^2(3)=4.728$, p=.193	$\chi^2(2)=3.379$, p=.185	$\chi^2(2)=2.410$, p=.300	$\chi^2(2)=2.410$, p=.300
15. En halua, että ruoanvalmistuksesta tulee sotkua	$\chi^2(4)=.653$, p=.957	$\chi^2(3)=2.234$, p=.525	$\chi^2(3)=3.453$, p=.327	$\chi^2(2)=3.316$, p=.190	$\chi^2(2)=.455$, p=.796	$\chi^2(2)=.455$, p=.796

Liite 10

Taulukko 13. Merkitsevyystarkastelu taustamuuttujittain, Khiin neliö χ^2 (sukupuoli) ja Kruskal-Wallis, väittämät 16–26.

Väittämä	Sukupuoli	Ikä	Koulutus	Tulot	Kotitalouden koko	Alle 18-vuotiaiden lukumäärä
16. Ruoanvalmistus on aikaa vievää.	$\chi^2(4)=2.552$, p=.635	$\chi^2(3)=3.411$, p=.333	$\chi^2(3)=4.785$, p=.188	$\chi^2(2)=.049$, p=.976	$\chi^2(2)=4.894$, p=.087	$\chi^2(3)=5.932$, p=.115
17. Ruoanvalmistus on työlästä	$\chi^2(4)=2.442$, p=.655	$\chi^2(3)=6.750$, p=.080	$\chi^2(3)=.808$, p=.848	$\chi^2(2)=2.984$, p=.225	$\chi^2(2)=3.214$, p=.200	$\chi^2(3)=3.704$, p=.295
18. Ruoanvalmistus on minulle mieluista	$\chi^2(4)=13.565$, p=.009	$\chi^2(3)=5.830$, p=.120	$\chi^2(3)=1.254$, p=.740	$\chi^2(2)=.714$, p=.700	$\chi^2(2)=1.363$, p=.506	$\chi^2(3)=2.324$, p=.508
19. Ruoanvalmistus on minulle harrastus	$\chi^2(4)=11.989$, p=.017	$\chi^2(3)=1.434$, p=.698	$\chi^2(3)=6.113$, p=.106	$\chi^2(2)=3.979$, p=.150	$\chi^2(2)=.321$, p=.852	$\chi^2(3)=1.463$, p=.691
20. Ruoanvalmistus on minulle ilmaisukeino	$\chi^2(4)=17.251$, p=.002	$\chi^2(3)=1.236$, p=.744	$\chi^2(3)=4.701$, p=.195	$\chi^2(2)=2.313$, p=.315	$\chi^2(2)=.390$, p=.823	$\chi^2(3)=2.037$, p=.565
21. Ruoanvalmistus on osa identiteettiäni	$\chi^2(4)=21.174$, p=.000	$\chi^2(3)=1.753$, p=.625	$\chi^2(3)=8.138$, p=.043	$\chi^2(2)=.679$, p=.712	$\chi^2(2)=.261$, p=.878	$\chi^2(3)=2.185$, p=.535
22. Ruoanvalmistus on tapani osoittaa huolenpitoa toisia kohtaan	$\chi^2(4)=22.049$, p=.000	$\chi^2(3)=.135$, p=.987	$\chi^2(3)=5.524$, p=.137	$\chi^2(2)=.432$, p=.806	$\chi^2(2)=2.469$, p=.291	$\chi^2(3)=2.819$, p=.420
23. Koen epävarmuutta ruoanvalmistuksessa	$\chi^2(4)=4.992$, p=.288	$\chi^2(3)=7.521$, p=.057	$\chi^2(3)=16.378$, p=.001	$\chi^2(2)=4.191$, p=.123	$\chi^2(2)=6.043$, p=.049	$\chi^2(3)=5.295$, p=.151
24. Minua ei kannusteta ruoanvalmistukseen	$\chi^2(4)=7.472$, p=.113	$\chi^2(3)=2.189$, p=.534	$\chi^2(3)=5.296$, p=.151	$\chi^2(2)=.192$, p=.909	$\chi^2(2)=3.760$, p=.153	$\chi^2(3)=.988$, p=.804
25. En osaa valmistaa haluamaani ruokaa itse	$\chi^2(4)=10.977$, p=.027	$\chi^2(3)=7.006$, p=.072	$\chi^2(3)=7.017$, p=.071	$\chi^2(2)=1.764$, p=.414	$\chi^2(2)=.007$, p=.997	$\chi^2(3)=3.640$, p=.303
26. En pidä itse tehdystä ruoasta	$\chi^2(3)=.990$, p=.825	$\chi^2(3)=4.968$, p=.174	$\chi^2(3)=.737$, p=.865	$\chi^2(2)=.596$, p=.742	$\chi^2(2)=.350$, p=.839	$\chi^2(3)=2.130$, p=.546

Liite 11

Taulukko 14. Merkitsevyystarkastelu taustamuuttujittain, Khiin neliö χ^2 (sukupuoli) ja Kruskal-Wallis, väittämät 27–36.

Väittämä	Sukupuoli	Ikä	Koulutus	Tulot	Kotitalouden koko	Alle 18-vuotiaiden lukumäärä
27. Kotona on hyvä tunnelma	$\chi^2(4)=1.295$, p=.862	$\chi^2(3)=.740$, p=.864	$\chi^2(3)=.377$, p=.945	$\chi^2(2)=1.413$, p=.493	$\chi^2(2)=3.017$, p=.221	$\chi^2(3)=1.901$, p=.593
28. Kotona voin olla oma itseni	$\chi^2(4)=7.107$, p=.130	$\chi^2(3)=.403$, p=.940	$\chi^2(3)=2.403$, p=.493	$\chi^2(2)=.442$, p=.802	$\chi^2(2)=3.302$, p=.192	$\chi^2(3)=3.062$, p=.382
29. Kotona voin ruokailla perheen kanssa	$\chi^2(4)=2.634$, p=.621	$\chi^2(3)=.615$, p=.893	$\chi^2(3)=2.068$, p=.558	$\chi^2(2)=.937$, p=.626	$\chi^2(2)=29.299$, p=.000	$\chi^2(3)=9.663$, p=.022
30. Kotona ei ole ylimääräisiä häiriötekijöitä niin kuin ravintolassa	$\chi^2(4)=2.362$, p=.669	$\chi^2(3)=5.033$, p=.169	$\chi^2(3)=1.770$, p=.622	$\chi^2(2)=.021$, p=.990	$\chi^2(2)=.163$, p=.922	$\chi^2(3)=1.947$, p=.583
31. Haluan välttää sosiaalisia kontakteja	$\chi^2(4)=6.004$, p=.199	$\chi^2(3)=3.629$, p=.304	$\chi^2(3)=9.531$, p=.023	$\chi^2(2)=5.567$, p=.062	$\chi^2(2)=.528$, p=.768	$\chi^2(3)=1.250$, p=.741
32. Haluan syödä yksin	$\chi^2(4)=2.086$, p=.720	$\chi^2(3)=5.384$, p=.146	$\chi^2(3)=.761$, p=.859	$\chi^2(2)=.007$, p=.996	$\chi^2(2)=2.734$, p=.255	$\chi^2(3)=1.685$, p=.640
33. Haluan katsoa televisiota/suoratoistopalvelua samalla kun syön	$\chi^2(4)=3.838$, p=.428	$\chi^2(3)=22.708$, p=.000	$\chi^2(3)=6.198$, p=.102	$\chi^2(2)=6.503$, p=.039	$\chi^2(2)=3.214$, p=.201	$\chi^2(3)=8.312$, p=.040
34. Haluan selata sosiaalista mediaa samalla kun syön	$\chi^2(4)=1.356$, p=.852	$\chi^2(3)=5.539$, p=.136	$\chi^2(3)=6.103$, p=.107	$\chi^2(2)=.410$, p=.815	$\chi^2(2)=1.577$, p=.455	$\chi^2(3)=7.063$, p=.070
35. Haluan lukea samalla kun syön	$\chi^2(4)=3.686$, p=.450	$\chi^2(3)=1.565$, p=.667	$\chi^2(3)=.279$, p=.964	$\chi^2(2)=3.473$, p=.176	$\chi^2(2)=5.076$, p=.079	$\chi^2(3)=3.250$, p=.355
36. Kotona voin ruokailla etäyhteydellä muiden kanssa	$\chi^2(4)=3.080$, p=.545	$\chi^2(3)=1.285$, p=.733	$\chi^2(3)=1.822$, p=.610	$\chi^2(2)=2.357$, p=.308	$\chi^2(2)=1.508$, p=.470	$\chi^2(3)=1.452$, p=.693